

KELVOTTOMASTA IHANNEOPISKELIJAKSI

Opiskelijasubjektin tuottaminen mielenterveyttä koskevissa kirjoituksissa

Helsingin yliopisto
Kasvatustieteellinen tiedekunta
Kasvatustieteiden maisteriohjelma

Pro gradu -tutkielma
Yleinen- ja aikuiskasvatustiede
Toukokuu 2020
Janina da Silva Gonçalves

Ohjaajat:
Elina Ikävalko
Fritjof Sahlström
Kristiina Brunila

Tiedekunta – Fakultet – Faculty Kasvatustieteellinen tiedekunta		Koulutusohjelma – Utbildningsprogram – Degree Programme Kasvatustieteiden maisteriohjelma	
Tekijä – Författare – Author Janina da Silva Gonçalves			
Työn nimi – Arbetets titel – Title Kelvottomasta ihanneopiskelijaksi – Opiskelijasubjektin tuottaminen mielenterveyttä koskevissa kirjoituksissa			
Oppiaine/Opintosuunta – Läroämne/Studieinriktning – Subject/Study track Yleinen ja aikuiskasvatustiede			
Työn laji – Arbetets art – Level Pro gradu -tutkielma	Aika – Datum – Month and year 5/2020	Sivumäärä – Sidoantal – Number of pages 117 s + 1 liite	
<p>Tiivistelmä - Referat - Abstract</p> <p>Tässä pro gradu -tutkielmassa tarkastelen korkeakouluopiskelijoiden subjektifikaatiota mielenterveyttä ja hyvinvointia käsittelevissä kirjoituksissa. Tutkimukseni kiinnittyy feministisen jälkistrukturalistisen tutkimuksen virtauksiin ja sen tarkoituksena on siirtää opiskelijoiden mielenterveydestä käydyn keskustelun fokus yksilöstä yhteiskunnalliseen näkökulmaan. Lähestyn metodologiaa post-suuntausten avulla, joka tarkoittaa tässä työssä kuljeskelevaa otetta suhteessa aineistoon sekä kirjoittamiseen. Tutkimuksen aineisto koostuu opiskelijoiden mielen hyvinvoinnin edistämiseen erikoistuneen Nyyti ry:n verkkosivujen Tarinat-osiosta, jossa opiskelijat ovat kirjoittaneet kertomuksia arjestaan. Täydensin tarina-aineistoa autoetnografisilla otteilla ja pohdinnoilla, sillä paikannun myös itse korkeakouluopiskelijaksi, jota mielenterveyden ja hyvinvoinnin kysymykset koskettavat.</p> <p>Tutkimukseni kontekstina toimivat uusliberalistinen korkeakoulutus sekä psy-kompleksi, sillä nämä yhdessä muodostavat ne puitteet ja tarjoavat ne diskurssit, joista opiskelija ammentaa hahmotellessaan elämänsä mahdollisuuksia ja rajoitteita. Kysyn, miten opiskelijan ihannesubjektia tuotetaan kertomuksissa sekä miten psy-diskurssi toimii yhdessä uusliberalismin kanssa ja miten opiskelijat ottavat sen käyttöön. Luin aineistoani diskursiivisesti vallan ja subjektin käsitteiden kanssa ja olen ottanut inspiraatiota foucault’laisesta vallan analytiikasta sekä hallinnan tutkimuksesta. Käytin subjektifikaation ja subjektiviteetin käsitteitä tarkastellakseni sitä, miten opiskelijat jäsentävät opiskeluun liittyviä ongelmia ja ratkaisuja sekä tekevät itseään ymmärrettäväksi psy-diskurssin puitteissa ja avulla.</p> <p>Tarkastelin mielenterveyden itseapua uusliberalistisen ja psykologisen hallinnan muotona, joka ohjaa subjekteja työstämään itseään, ja luin opiskelijoiden tarinoista aktiivisen ja yrittäjähenkisen työntekijäkansalaisuuden ihanteen tuottamista ja kyseenalaistamista. Opiskelijat eivät purematta nielleet uusliberalismin ihannetta. Osa tunnisti yhteiskunnan roolin paineiden tuottajana sekä kyseenalaisti suorituskeskeisyyttä. Ihannetta haastettiin psy-diskurssin tarjoamin keinoin ja näin se laitettiin palvelemaan omia tarkoituksiperiä. Ratkaisut kuitenkin jäivät pääasiassa yksilötasolle. Kysyn tutkimukseni lopuksi, miten voisimme rakentaa opiskeluympäristöstä sellaisen, että se tarjoaisi pärjäämisen ja jopa kukoistamisen puitteet erilaiset tarpeet omaaville ihmisille, ja esitän, että tähän tarvitaan sekä ihanteiden kriittistä tarkastelua että yhteiskunnallisten ja institutionaalisten puitteiden uudelleenjärjestelyä.</p>			
<p>Avainsanat – Nyckelord – Keywords hallinta, korkeakoulutus, kuljeskelu, mielenterveys, psy-diskurssi, subjektifikaatio, uusliberalismi, valta</p>			
<p>Ohjaaja tai ohjaajat – Handledare – Supervisor or supervisors Elina Ikävalko, Fritjof Sahlström & Kristiina Brunila</p>			
<p>Säilytyspaikka – Förvaringställe – Where deposited Helsingin yliopiston kirjasto – Helda / E-thesis (opinnäytteet)</p>			
<p>Muita tietoja – Övriga uppgifter – Additional information</p>			

Tiedekunta – Fakultet – Faculty Faculty of Educational Sciences		Koulutusohjelma – Utbildningsprogram – Degree Programme Master's Programme in Education
Tekijä – Författare – Author Janina da Silva Gonçalves		
Työn nimi – Arbetets titel – Title From Unfit to Ideal Student – Constituting the Student Subject in Writings About Mental Health		
Oppiaine/Opintosuunta – Läroämne/Studieinriktning – Subject/Study track General and Adult Education		
Työn laji – Arbetets art – Level Master's Thesis	Aika – Datum – Month and year 5/2020	Sivumäärä – Sidoantal – Number of pages 117 pp. + 1 appendix
Tiivistelmä – Referat – Abstract <p>In this thesis, I look at the subjectification of students of higher education in writings about students' mental health and wellbeing. My research is situated in feminist poststructuralist studies and aims to shift the focus of the discussion on students' mental health from the individual towards a more societal perspective. Informed by post-methodological theories of inquiry, my approach to both data and writing can be characterised as drifting. The data of the research consists of the "Stories" section of the website of Nyyti ry, a non-profit organisation dedicated to promoting student mental health and wellbeing. The section contains stories that students have written of their everyday life. This data is enhanced by autoethnographic elements since also I am a university student to whom matters of mental health and wellbeing come close to home.</p> <p>Neoliberal higher education and the psy-complex serve as the context of my research. Together, they shape the circumstances and provide the discourses that students draw from in order to grasp the possibilities and limits of their lives. I ask how the ideal student subject is constituted in the stories, how the psy-discourse functions together with neoliberalism, and how the students make use of the psy-discourse. I have read the data discursively with the concepts of power and subject, inspired by a Foucauldian power analytical approach and studies on governmentality. In the research, I have used the concepts of subjectification and subjectivity to inquire upon how the students make sense of the problems and solutions related to studying and how they make themselves comprehensible within and with the help of the psy-discourse.</p> <p>I looked at self-help as a form of neoliberal and psychological governance that guides subjects to work on themselves. In the stories of the students, I read the (re)production and questioning of the active and entrepreneurial employee citizen. The students did not accept the neoliberal ideal as a given. Some recognised the role of the society as the producer of these pressures and questioned performance-centric ideals. The ideal subject was challenged with tools provided by the psy-discourse and in this way the discourse was made to serve the needs and ends of the students themselves. However, the solutions mostly remained on an individual level. I conclude my thesis by asking how we could (re)build the study environment into one that would provide means for people with varying dis/abilities and needs to get by and even flourish. I suggest that this requires the critical questioning of our ideals as well as a reorganisation of societal and institutional circumstances.</p>		
Avainsanat – Nyckelord – Keywords drifting, governmentality, higher education, mental health, neoliberalism, power, psy-discourse, subjectification		
Ohjaaja tai ohjaajat –Handledare – Supervisor or supervisors Elina Ikävalko, Fritjof Sahlström & Kristiina Brunila		
Säilytyspaikka – Förvaringställe – Where deposited Helsinki University Library – Helda / E-thesis (theses)		
Muita tietoja – Övriga uppgifter – Additional information		

SISÄLLYS

ALKU?	1
(POST)METODOLOGIA	6
KULJESKELEVA OTE	7
<i>Kirjoittaminen postmetodina</i>	8
<i>Tutkijaopiskelijan/opiskelijatutkijan positiosta</i>	12
AINEISTO	15
<i>Nyyti ry – ”Mielen hyvinvointia opiskelijoille”</i>	16
<i>Opiskelijoiden tarinat aineistona</i>	20
DISKURSIIVINEN LUENTA	25
DISKURSIIVISUUS ANALYYSIN LÄHTÖKOHTANA	26
TARINOIDEN LUKEMISEN JA JÄSENTELYN VAIHEISTA	31
VALTA JA SUBJEKTI	35
KURIVALLASTA KONTROLLIIN	35
SUBJEKTIFIKAATIO	41
KORKEAKOULUTUS JA UUSLIBERALISTINEN HALLINTA	47
YLIOPISTO UUSLIBERALISTISEN KOULUTUSPOLITIIKAN PYÖRTEISSÄ	48
OPISKELIJA AKTIIVISENA JA YRITTÄJÄHENKISENÄ TYÖNTEKIJÄKANSALAISENA	52
PSY-TIETO UUSLIBERALISMISSA	60
PSY-KOMPLEKSI JA PSYKOLOGINEN HALLINTA	61
POSITIIVINEN PSYKOLOGIA, ONNELLISUUSDISKURSSI JA TUNNEKAPITALISMI	65
ITSEAPU JA YKSILÖKESKEINEN HYVINVOINTINÄKÖKULMA	70
UUSLIBERAALIN IHANNEOPISKELIJAN HAAMU	74
”MIKSI ITSEÄ ON NIIN MIELETTÖMÄN VAIKEAA SAADA NISKASTA KIINNI?” – ITSEÄÄN TYÖSTÄVÄ OPISKELIJASUBJEKTI	80
”OLIN ITSENI PAHIN VIHOLLINEN” – VASTUUNOTTO OPISKELIJOIDEN TARINOISSA	87
”TAVALLISEN IHMISEN SAAVUTUKSET OVAT RIITTÄVIÄ” – UUSLIBERALISTISEN HALLINNAN VASTARINNAN PESÄKKEET	95
YHTEENVETOA IHANTEESTA JA KESKUSTELUA NORMAALISTA	105

ITSEAPU OSANA UUSLIBERALISTISTA JA PSYKOLOGISTA HALLINTAA	109
#MITÄTEHTÄIS, ETTÄ PÄRJÄTTÄIS?	115
LÄHTEET	118
LIITTEET	135
LIITE 1. TUTKIMUSLUPAVIESTI	135

Alku?

Millsin (2015) köyhyyden psykiatrisaatiota tarkastelevaa artikkelia lukiessani, mietin sitä, kuinka sen kritiikki köyhyyden syiden patologisoimiseen ja paikantamiseen yksilöihin voisi olla osuva myös opiskelun yhteyteen. Opiskelijoille tarjotaan opintopsykologin palveluita ja opiskelijoita hoidetaan YTHS:llä stressin ja masennuksen vuoksi. Näissä vaikeudet selvitä opinnoista paikannetaan opiskelijan psykopatologiaan, sen sijaan että kiinnitettäisiin huomiota sosioekonomisiin tekijöihin tai ylipäätään yliopiston kulttuuriin ja rakenteisiin, jotka tuottavat paineita, jotka voivat yksilössä ilmetä ylettömänä stressinä tai masennukseksi diagnosoituina oireina. Ja vielä laajemmin, miten uusliberaalin yhteiskunnan yksilöön kohdistamat vaatimukset aiheuttavat pahoinvointia? Psykoterapiani tarkoitus on tehdä minusta taas työkykyinen ja koko homman oletuksena on, että ongelmat ovat minussa ja psyydessäni mutta ei huomioi sitä laajempaa poliittista, sosiaalista, kulttuurista, ... kontekstia, jossa tämä masennus ilmenee. Ei kysytä, mihin laajempiin virtauksiin liittyy pakkomielle suorittamiseen? ja riittämättömyyden tunne, kun ei suorita?

(JdSG, pöytälaatikkokirjoituksia 3.6.2015.)

How, then, does one do post qualitative inquiry? My advice (see St. Pierre, 2015) is always to read and reread as many primary and secondary sources about the theory(ies) and/or theorist(s) as possible until one becomes Foucauldian, becomes Deleuzian, becomes Derridean and has those analyses in one's bones, until one's life becomes rhizomatic as it has always been, until deconstructing all the structures we create is second nature, until one is always analyzing power relations and investigating the "history of the present" (Foucault, 1975/1979, p. 31). In other words, the post qualitative researcher must live the theories (will not be able not to live them) and will, then, live in a different world enabled by a different ethico-onto-epistemology.

(St. Pierre 2018, 604.)

Harva antaisi tällaisia neuvoja, koska eihän sellaisella kiihtyvässä nykyakatemiassa ole aikaa. Tuo lainaus puhuttelee minua, sillä se edustaa sellaista hidasta kypsyttelyä ja perinpohjaista syventymistä, joita kaipaen. Ajattelen myös, että sen yli neljän vuoden aikana, joina tämä gradu on ollut tekeillä, olen tehnyt jotain St. Pierren kuvaaman kaltaista – analyysit ovat olleet luissani jo pitkän tovin.

(JdSG, kommentti 29.4.2020.)

Edellä on arkistojen kätköistä löytynyt teksti, jossa ensimmäistä kertaa teoretisoin kirjallisesti omaa opiskeluani ja kuntoutustani psy-kritiikin kautta. Aiemmin olin ajatellut – kirjoittamatta ja kirjoittamalla – opiskelijuutta, sen iloja ja tuskia, sekä opiskelun käytänteitä, niiden ehtoja ja mahdollisuuksia, mutta en ollut miettinyt näitä suhteessa mielenterveydestä käytyyn yleiseen, saati sitten teoreettiseen keskusteluun.

Nämä ajatukset jäivät kytemään taustalle ja nousivat toden teolla pintaan vasta vuoden 2016 alkupuolella, kun sain tehtäväksi tuottaa aineistoa osana tutkimusavustajan pestiäni hankkeeseen¹, jossa tarkasteltiin haavoittuvaksi nimettyjen nuorten siirtymiä koulutusjärjestelmän sisällä, erilaisten koulutusten välillä ja liepeillä. Näin lähdin tutustumaan erilaisten opiskelijoille suunnattujen mielenterveyspalveluiden verkkosivuihin ja niiltä löytyviin materiaaleihin sekä opiskelijoiden ja nuorten mielenterveydestä käytyyn julkiseen keskusteluun.

Noin 20 prosenttia korkeakouluopiskelijoista käyttää mielenterveyspalveluita jossain vaiheessa opintojaan. YTHS:n tutkimuksen mukaan taloudelliseen epävarmuuteen liittyvä ahdistuneisuus on kasvussa.

(Käkelä 2016.)

”Opiskelijoista joka viides mies ja yli kolmannes naisista kärsii mielenterveyshäiriöistä” otsikoi Helsingin Sanomat 15.2.2016 (Pääkkönen 2016). Näitä valtamedioita lukiessa saa sellaisen kuvan, että mielenterveyteen liittyväksi nimetyt vaikeudet ovat yleistyneet korkeakouluopiskelijoiden keskuudessa. Nämä verkkouutiset herättivät minussa liudan kysymyksiä: Mistä nämä tilastot kertovat? Onko pahoinvointi todella lisääntynyt vai onko sen tilastointi tai siitä puhuminen lisääntynyt? Jos pahoinvointia on enemmän, mihin se liittyy? Mikä tuottaa pahoinvointia?

Jälkistrukturalistiset vaikutteet (mm. St. Pierre 2000) puolestaan nyrjäyttivät nämä faktoja, totuutta ja selityksiä vaativat kysymykset kohti vallan toimintaa, tiedon tuottamista ja subjektin muodostumista: Miten tuotetaan tietoa yliopisto-opiskelijoiden ”mielenterveyden häiriöistä”? Millainen on opiskelijoita koskeva mielenterveysdiskurssi? Mitkä asiat määrittävät hyvinvoivan ja menestyvän opiskelijan ominaisuuksiksi ja toimintatavoiksi? Entä mitkä ominaisuudet ja minkälainen toiminta määritellään ongelmallisiksi? Miten tuotetaan kuvaa opiskelijoista tietynlaisina ja minkälaiset taustaoletukset diskurssissa vallitsevat?

¹ Youth on the Move – Revisiting the ‘vulnerability zeitgeist’ in an era of market-oriented education (2014–2017)

Tässä tutkimuksessa keskityn opiskelijoiden mielen hyvinvoinnin edistämiseen erikoistuneen Nyyti ry:n verkkosivuilta keräämääni tekstiaineistoon, tarkemmin sivuston Tarinat-osioon, jossa opiskelijat ovat kirjoittaneet kertomuksia arjestaan.

Tutkimuskysymykseni ovat:

1. *Miten opiskelijan ihannesubjektia tuotetaan kertomuksissa?*
2. *Miten psy-diskurssi toimii yhdessä uusliberalismin kanssa ja miten opiskelijat ottavat sen käyttöön?*

Aineiston käsittelyä ohjasivat kysymykset: Millainen opiskelijan tulisi olla tekstien mukaan? Mikä on epätoivottavaa, ongelmallista ja mikä toivottavaa ja tavoittelemisen arvoista? Miten kohdatut ongelmat määritellään ja ratkaistaan?

Tutkimukseni kiinnittyy feministisen jälkistrukturalistisen tutkimuksen virtauksiin. Lähestyn metodologiaa post-suuntausten avulla, joka tarkoittaa tässä työssä kuljeskelevaa otetta aineistoon sekä kirjoittamiseen. Täydennän tarina-aineistoa autoetnografisilla otteilla ja pohdinnoilla. Käytän itseäni myös yhtä lailla aineistona, sillä olen yliopisto-opiskelija, joka kamppailee päivittäin uusliberalistisen koulutuspolitiikan ja managerialistisen yliopistohallinnon sävyttämässä opiskelukontekstissa. Kuulen tämän uusliberaalin subjektiviteetin kutsun. Sen vastustaminen vaatii minulta suunnattomat määrät voimia ja välillä sen kanssa painiskellessa tunnenkin valuvani tyhjiin.

Luen aineistoani diskursiivisesti vallan ja subjektin käsitteiden kanssa. Olen saanut inspiraatiota foucault'laisesta vallan analytiikasta sekä hallinnan tutkimuksesta. Uusliberalismia ja sen vaikutusta arkielämään on käsitelty tutkimuksissa paljon (Scharff 2016, 1). Foucault'laiset tutkijat ovat tarkastelleet sitä, miten subjektiviteetit muotoutuvat uusliberalismissa ja ovat esimerkiksi politiikkadokumentteja ja muuta tekstiaineistoa lukien osoittaneet uusliberaalin minän olevan yrittäjähenkilinen subjekti. Christina Scharffin mukaan on kuitenkin ollut vähemmän empiiristä tutkimusta siitä, miten uusliberalismi eletään todeksi subjektiivisella tasolla. (Mt., 1–2.) Erityisesti feministiset tutkijat (mm. Brunila 2015; Davies & Bansel 2005; Davies ym. 2001; Gill 2009; Naskali 2010a; Walkerdine 2003) ovat kyllä tehneet tämän tyyppistä tutkimusta, ja pyrin tutkimuksellani ottamaan osaa tähän keskusteluun. Käytän subjektifikaation ja subjektiviteetin käsitteitä tarkastellakseni sitä, miten

opiskelijat jäsentävät opiskeluun liittyviä ongelmia ja ratkaisuja sekä työstävät itseään (vrt. Niemi & Mietola 2017). Kuljeskeluni on johdattanut minut oman tieteenalani, kasvatustieteiden, lisäksi keskustelemaan psy-kriittisen kirjallisuuden sekä yhteiskuntatieteellisen mielenterveystutkimuksen kanssa.

Ihmistieteiden parissa muodostuneet psy-diskurssit, eli psykologian, psykiatrian sekä psykoterapian teorioiden, käsitteiden ja käytäntöjen tietojärjestelmät, ovat äärimmäisen vaikutusvaltaisia. Diskurssit normaalista ja epänormaalista ovat tulleet osaksi ihmisten subjektiviteetteja psy-tiedon ja siihen liittyvien itsesäätelyn tekniikoiden hallitsevan aseman myötä. Terapiakulttuurin käsite kuvaa psy-näkökulmien leviämistä kaikille elämän osa-alueille. Tämä psykoterapeuttinen eetos muotoilee Heidi Rimken ja Deborah Brockin mukaan käytäntöjämme ja sanastoa, jolla jäsenämme elämäämme ja itseämme. Psy-diskurssien suosio näkyy muun muassa itseapukirjallisuuden kulutuksen kasvussa ja se antaa viitteitä siitä, että ihmiselämään liittyvät ongelmat nähdään psykologisina ja ne voidaan ratkaista terapian, lääkityksen tai itseavun keinoin. (Rimke & Brock 2012, 183.) Tutkimukseni kontekstina toimii uusliberalistinen korkeakoulutus sekä psy-kompleksi, sillä nämä yhdessä muodostavat ne puitteet ja tarjoavat ne diskurssit, joista opiskelija ammentaa hahmotellessaan elämänsä mahdollisuuksia ja rajoitteita.

Tieteellisen kirjoittamisen rajojen koettelu ja toisin tekemisen tilan tunnustelu ovat tutkimuksen aihetta koskevien kysymysten rinnalla keskeisiä tutkimukseni tehtäviä. Teoria ja käsitteet kulkevat empiirisen aineiston kanssa keskustellen läpi työn. Tulokseksi ja johtopäätöksiksi voisi nimetä melkeinpä kaiken tässä tutkielmassa. Metodologinen lähestymistapani esitellään tutkielman alussa, koska kaikki muu rakentuu sen varaan. Olen kirjaillut koko työhön aineisto-otteita, joten tuntuu luontevalta esitellä aineisto ennen muihin osioihin siirtymistä. Kuten jo tämän johdannon alusta ilmeni, rikon siellä täällä tekstin asettelun konventioita kahdella palstalla Löytösen, Anttilan, Guttormin ja Valkeemäen yhteiskirjoittamista kohti kompuroivan artikkelin *Playing With Patterns. Fumbling Towards Collaborative and Embodied Writing* (2014) innoittamana. Tuon näin eri otteita ja lainauksia yhteen sekä otan mukaan joitain tämän tutkielman kirjoittamisen aikana saamiani kommentteja.

Törmäsin tämän tutkimuksen alkutaipaleella Isossa Britanniassa toimivan tutkijoista ja aktivisteista koostuvan Institute for Precarious Consciousness -kollektiivin

kirjoittamaan blogikirjoitukseen *We Are All Very Anxious* (2014b) sekä samaa aihetta käsittelevään tieteelliseen julkaisuun *Anxiety, affective struggle, and precarity consciousness raising* (IPC 2014a). Kollektiivi teoretisoi näissä teksteissä ahdistusta kapitalismin uusimman kierroksen aiheuttamana affektiivisena reaktiona. He esittävät ahdistuksen edellyttävän omanalaisensa vastarinnan muodon ja tarjoavat ratkaisuksi feministisestä tietoisuuden kasvattamisen perinteestä ammentavaa prekaarin tietoisuuden kasvattamista, joka käytännössä tarkoittaa jaettujen kokemusten teoretisoimista yhdessä muiden kanssa. Vaikka kyseessä ei toki ole tiedostusryhmä, tämä koko tutkielma on minulle yritys harjoittaa IPC-kollektiivin ehdottamaa vastarintaa teoretisoimalla opiskelijaelämää.

Seuraavassa kahdessa luvussa esittelen ensin tutkimukseni kuljeskelevan otteen, autoetnografiset ainekset sekä tekstiaineistot ja sitten käyttämäni diskursiivisen lukutavan. Tämän jälkeen avaan tutkimukselleni keskeisiä vallan ja subjektifikaation käsitteitä. Viidennessä luvussa käyn läpi keskustelua uusliberalistisesta koulutuspolitiikasta ja korkeakoulutuksesta, erityisesti yliopistosta. Tarkastelen myös aiempaan tutkimukseen tukeutuen minkälaista subjektiviteettia uusliberalistinen koulutuspolitiikka tuottaa. Tätä seuraa psy-tiedon ja uusliberalismin kytköksiä avaava luku. Metodologisen lähestymistavan, keskeisten käsitteiden ja kontekstin esittelyn jälkeen pureudun aineistoon tutkimuskysymysteni siivittämänä. Toiseksi viimeisessä luvussa pohdin, mitä tuli tehtyä. Muodollisesti päätän tämän loputtomasti keskeneräisen, tulemisen tilassa olevan työn viimeiseen lukuun, jossa mietin, minne tästä voisi jatkaa.

(Post)metodologia

Metodi-sana juontaa juurensa kreikankielisestä ilmauksesta μέθοδος (méthodos), joka koostuu sanoista μετά (metá: yli, jälkeen) ja ὁδός (hodós: katu, tie, reitti). Metodi on siis sananmukaisesti tietä pitkin. (ks. Tieteen termipankki 2020a.) Näin metodologian voi nähdä ikään kuin reittinä läpi tutkimusprosessin.²

Erilaiset post-suuntaukset, kuten jälkistrukturalismi, ovat kyseenalaistaneet tiedon, totuuden ja subjektin kaltaisia humanismin pilareita. Näin on häiritty samalla koko ajatusta tieteestä möyhimällä esiin sen ongelmia (Ikävalko 2016, 80). Post-suuntaukset ovat lähteneet horjuttamaan tieteeseen liittyviä oletuksia objektiivisuudesta ja läpinäkyvyydestä nostamalla esiin tutkimusmenetelmien keinotekoisuutta (mt.) – metodit kun Elizabeth Adams St. Pierren mukaan tuppaaivat tulemaan aina (enemmän tai vähemmän) jälkijunassa. Menetelmät eivät liiku tapahtumien tahdissa ja näin kiinnostavat ja uudet huomiot voivat mennä menetelmiinsä kiintyneeltä tutkijalta helposti ohi. (St. Pierre 2014, Ikävalkon 2016, 80–81 mukaan.)

Elina Ikävalko (2016) kirjoittaa väitöskirjassaan työskentelystä metodologioiden raunioilla. Vanhojen pölyttyneiden käsitysten siivoaminen tekee tilaa uusille näkemyksille tutkimuksen käytännöistä. Esimerkiksi toisenlaiset ajatukset ajasta (ei-lineaarisenä) muuttavat myös näkemystä tutkimusprosessista ja tiedon paikantumisesta. (Mt., 80–81.) Vaikka monesti ajattelempa metodologiaa juuri valmiina reittinä, karttana, tienviittoina tai ohjenuorana, ne voivat käytännössä olla jälkikäteen päälle liimattuja tutkimusprosessin rekonstruointeja. Metodologia on ihannekuva siitä, mitä tutkimuksenteko on. Se on tapa oikeuttaa jo tehtyä tutkimusta.³ Postmetodologiat haastavat näiden vakiintuneiden metodologioiden tiekartat (ks. esim. Guttorm 2014).

Tässä luvussa avaan kuljeskelevaa tutkimus(kirjoittamisen)otettani, pohdin paikantumistani tutkijana ja kerron tarkemmin käyttämästäni aineistosta. Vaikka ensisijainen aineistoni koostuu teksteistä, on siellä täällä mukana otteita myös

² Olen saanut tähän kappaleeseen inspiraatiota ja aineksia Sami Paavolan vuoden 2017 Tieteenfilosofia ja metodologia kasvatustieteissä I -kurssin luennoilta.

³ Samoin tänne.

omakohtaisista muistiinpanoistani. Tutkimuksessa on siis joitain autoetnografisia piirteitä (vrt. Petersen 2003).

Kuljeskeleva ote

Madridista lähtöisin oleva feministinen Precarias a la deriva -kollektiivi käynnisti vuonna 2002 Espanjan yleislakon yhteydessä toimintatutkimussarjan, jonka tarkoituksena oli tutkia naisten prekaaria työtä ja elämää. Yhtenä kollektiivin keskeisenä toimintatapana on kuljeskelu, joka toimii sekä tutkimuksen että aktivismin välineenä. (Precarias a la deriva 2004a; 2004b; 2009.) Kuljeskelu on inspiroinut myös muita feminististä tutkimusta tekeviä (ks. esim. Ikävalko & Kurki 2014) ja sillä on yhtymäkohtia nomadisen tutkimuksen (Braidotti 2012; Guttorm 2014; Hohti 2016; Ikävalko 2016; Kurki, Ikävalko & Brunila 2016) kanssa. Metaforana kuljeskelu luo mielikuvia ennalta arvaamattomasta liikkeestä ”aikojen ja paikkojen välillä”, kun taas kentän käsite kantaa mukanaan ajatusta aidoitetusta alueesta, erillisistä tiloista, joiden sisällä voi tutkimuksen puitteissa pysytellä (Ikävalko 2016, 83).

Liikkumisen vapaus ei kuitenkaan tarkoita sitä, että *kaikki käy* (vrt. Law 2004, 13). Kyse ei siis ole tieteenfilosofi Paul Feyerabendin kuvaamasta metodologisesta anarkismista, jossa ei voida tehdä mitään eroa tieteellisen ja ei-tieteellisen ajattelun välille (Niiniluoto 2003, 268; Siljander 2011). Kuljeskelussa, kuten tutkimuksessa yleisemminkin, ajatellaan aiemman tutkimuksen, teorioiden, käsitteiden sekä empirian kanssa. Tätä ajattelua voidaan käydä tavanomaisesta poikkeavassa muodossa ja näiden perinteisten keskustelukumppanien lisäksi juttusille ja kommunikaation välineeksi otetaan myös esimerkiksi taidetta ja autoetnografista aineistoa⁴. Kuljeskeleva ote ja nomadinen tietäminen haastavat ja kyseenalaistavat tieteessä eläviä erontekoja (samalla, kun ylläpitävät osaa niistä), kyselevät niiden seuraamusten perään ja ottavat vastuun tieteellisestä toiminnasta, omasta paikastaan tietäjänä ja jäljistä, joita tutkimukseen osallistuvaan maailmaan tutkimuksesta jää.

⁴ ks. esim. Petersenin (2013) drama-menetelmä ja Guttormin (2014) runot.

Kirjoittaminen postmetodina

Olen jo pitkään pohtinut tieteellisen kirjoittamisen kriteereitä ja sitä, mikä tekee tekstistä tieteellistä ja mikä taas jättää sen tieteellisen legitimitetin ulkopuolelle. Helen Swordin artikkeli *Writing higher education differently: a manifesto on style* (2009) oli ensi tutustumiseni keskusteluun tieteellisen kirjoittamisen rajoista ja niiden venyttämisestä vastaamaan kaunokirjallisuudenkin puolella noudatettuihin tyylikkyyden vaateisiin. Swordin artikkelin avattua minulle oven kiinnostavien ja kauniiden tieteellisten tekstien kirjoittamisen maailmaan olenkin päässyt jo kohtaamaan monen monta tekstiä, joissa uskottavuutta ei haeta häivyttämällä kirjoittaja/tutkija passiivilla tai viljelemällä pitkiä ja mutkikkaita virkkeitä täynnä tieteenalan köykäisintä jargonia. Muun muassa Hanna Guttormin (2014) tapa kirjoittaa väitöskirjansa on inspiroinut minua koettelemaan tieteellisen kirjoittamisen rajoja – venyttämään, härnäämään ja häiritsemään niitä. Rajojen horjuttaminen onkin aika ajoin tarpeen, sillä se voi paljastaa meille mahdollisuuksia johonkin uuteen, jonka avulla voimme saavuttaa jotain ennennäkemätöntä. Jotain, joka jäisi paitsioon tieteellisen kirjoittamisen konventioita tunnollisesti seuratessa.

St. Pierre (2018) kirjoittaa kentän epämääräisyydestä ja ajan rajojen hämärtymisestä oman tutkimuksensa osalta. Tutkiessaan omaa kotikaupunkiaan hän pohti, milloin kenttätö tapahtui. Hän nimittäin tunsii olevansa samanaikaisesti menneisyydessä, omassa lapsuudessaan ja nuoruudessaan sekä nykyisyydessä, virallisesti kenttätöötä tekevänä tutkijana. Koska hän oli jo lapsena tutkaillut ympäristöään, hänellä oli 35 vuoden verran kenttämuistiinpanoja ja haastatteluja käytössään ja hän päätyi jatkuvasti harhailemaan virallisen tutkimusaineiston ääreltä elämän mittaisen materiaalin pariin. (Mt., 606.) Myös tässä tutkimuksessa autoetnografiset ainekset, muistot ja pitkän ajan saatossa kirjatut huomiot saavat kentän muodolliset rajat vuotamaan toisiin aikoihin ja tiloihin.

Kun maailma ymmärretään diskursiivisesti tuotettuna ja tieto diskursiivisena, ei tutkimustakaan voi nähdä todellisuuden tai edes monien todellisuuksien kuvaajana. Sen sijaan tutkimus osallistuu todellisuuden tuottamiseen ja hyvässä tutkimuksessa tämä otetaan vakavasti sekä pyritään kirjoittamaan niin auki kuin mahdollista. Aukikirjoittamiseen liittyy tutkijan paikantuneisuuden pohdinta ja tutkimukseen liittyvien valintojen ruotiminen. Erilaiset kokeilevan kirjoittamisen tavat eivät

kuitenkaan riitä ratkomaan tieteen tekemiseen liittyviä, valtaan kytkeytyviä ongelmia. Patti Latherin (2007, 37) ajatus kaksinkertaisesta epistemologiasta tekee kirjoittamisesta samanaikaisesti representaation epäonnistumisen ja koko representaation ajatuksen härnäämisen paikan. Kuljeskelua voisi näitä säikeitä seuraten luonnehtia Ian Stronachin ja Maggie MacLuren (1997) termien pettymyksen metodologiaksi, jossa aina epäonnistutaan suhteessa positivistisiin tieteen kriteereihin (Petersen 2013, 297) mutta samalla myös epäonnistutaan täyttämään feministisen tutkimuksen ihanteita, kuten tutkijan ja tutkimukseen osallistuvien välisten valtasuhteiden horjuttaminen ja ongelmallisten kategorioiden tai dualismien ylittäminen. Erot, ristiriidat ja valtasuhteet otetaan kuljeskelussa vakavasti. Ristiriitoja ei vältellä vaan ensisilmäykseltä yhteensopimattomatkin ajatukset voivat neuvotella keskenään. (Ikävalko 2016, 95.) Feministisessä jälkistrukturalistisessa tutkimuksessa ei pyritä ylittämään epistemologisia ongelmia vaan hyväksytään se, että epistemologiset epäonnistumiset ovat väistämättömiä. Tämä epäonnistumisen käytäntö tunnistaa, että sillä on rajansa, mitä tutkimuksella voi saavuttaa. (Mt., 83; Visweswaran 1994, 98.)

There could never be an "audit trail" from official data in interview transcripts and field notes to the sentences I wrote. I suppose my study wasn't valid.

(St. Pierre 2018, 606.)

Näistä uusista tulokulmista tutkimukseen seuraa uusia kysymyksiä ja vanhojen käsitteiden, kuten validiteetti, heittämistä romukoppaan. Validiteetin hylkääminen ei kuitenkaan tarkoita huoletonta "mikä vaan käy" puuhastelua, vaan kepeydestään huolimatta vakavaa ja jopa raskasmielistä tutkimuksen eettisten ja poliittisuuden kysymysten huomioimista. (Ikävalko 2016, 81.) Latheriin (2007, 38) viitaten Ikävalko (2016, 83) kutsuu tätä tutkijan vastuullisuudeksi viattomuudettomassa tilassa. Tutkijan tulee tunnistaa tutkimuksensa poliittisuus sillä mikään tieto ei ole arvovapaata eikä objektiivista (Kurki ym. 2016, 128).

Tieteellisen kirjoittamisen konventioiden etuna on se, että yhteiset pelisäännöt tekevät pelistä ennakoitavaa ja siten helposti omaksuttavaa. Lukija tietää, mitä etsiä ja mistä sekä osaa helposti arvioida näihin sääntöihin vedoten tutkimuksen luotettavuutta ja uskottavuutta. Maailma ei kuitenkaan aina mahdu tälle pelikentälle eikä taivu sen sääntöihin ja täten maailmasta kiinnostunut ihmistieteilijä voi kohdata nämä monesti

hyvin käyttökelpoisetkin opasteet harhaanjohtavina. Ennakoitavuus ja yhteinen muotti eivät välttämättä ruoki uudenlaisten tieteen, taiteen ja arjen rajoja rikkovien ajatusten ja tulkintojen syntyä taikka tee tilaa tietämisen moninaisuudelle. Voisimmeko siis entisestään venyttää rajoja? Tai vaikka murtaa niitä?

Kun poststrukturalistiset (Jacques Derrida, Michel Foucault, Gilles Deleuze, Roland Barthes, Rosi Braidotti, Karen Barad) käsitykset tiedosta, vallasta, subjektista, kielestä ja diskursseista otetaan käyttöön myös tutkimuskirjoittamisen eikä vain luku- tai analyysitapojen käytännöissä, kirjoittamisesta tulee asettelultaan ja kieleltään monikerroksista, sotkuista (Lather 2007, 2010), aukollista ja varmaa epävarmuudessaan. En halua rakentaa lineaarista, koska elämäkin on sotkuista (ks. myös Badley 2013), en aukotonta, koska elämässäkin on epäjatkuvuuskohtia ja aukkoja, enkä suvereenia tutkijasubjektia, koska sellaisen rakentaminen tuntuu minusta epämukavalta ja epäeettiseltä.

(Guttorm 2014, 1.)

Sotkuinen tiede (ja kirjoittaminen) on rehellistä siinä, että se ei pyri siistimään maailman liikettä, monimutkaisuutta, monimuotoisuutta, epämääräisyyttä ja paradoksaalisuutta sieväksi raportiksi, konstruktioksi tutkimusprosessista (ks. esim. Guttorm 2014; Law 2004; Petersen 2003). Ilkka Niiniluoto (2003, 269) kirjoittaa kriittisen tieteellisen realismin näkökulmasta, että tieteessä väitteiden pätevyys arvioidaan argumenttien painon ja todistusaineiston vakuuttavuuden pohjalta. Realismi, uskollisena todellisuus- ja tietokäsitykselleen, peräänkuuluttaa siis vakuuttavaa todistusaineistoa. Norman K. Denzin (2013, 354) kuitenkin huomauttaa, että aineisto ja todistusaineisto eivät koskaan ole moraalisesti ja eettisesti neutraaleja. Todistusaineiston politiikassa ei Larnerin (Larner 2004, 20; ks. myös Morse 2006; Denzin 2013) mukaan ole kyse siitä, onko todistusaineistoa vai ei, vaan siitä, miten se määritellään ja kuka voi toimia määrittelijänä. Kysymykset, kuten ”kuka määrittää, minkälaiset materiaalit lasketaan todistusaineistoksi; kuka päättää, mitkä menetelmät parhaiten tuottavat parhaan todistusaineiston; kenen kriteereitä ja standardeja käytetään todistusaineiston laadun arviointiin” (Denzin 2013, 354) ilmentävät tieteentekemisen poliittista luonnetta. Feministinen jälkistrukturalistinen näkökulma auttaa pohtimaan, miten metodologiaa koskevat valinnat mahdollistavat tiettyjä asioita ja rajaavat pois toisia. Menetelmät ”säätelevät tiedon tuottamista”. (Kurki ym. 2016, 127.)

Steinar Kvale (1996, 10, Ryenin 2004, 219 mukaan) esittää tutkimuksen eettisten kysymysten olevan relevantteja kaikissa tutkimuksen eri vaiheissa, mukaan lukien tutkimusraportin kirjoittamisessa, ei vain aineiston tuottamisen yhteydessä. Tutkimuksen eettisten näkökulmien tulisi siis kulkea mukana läpi koko tutkimusprosessin. Jotta tutkimuksen tuottamisen sotkuisuus tulisi ilmi myös tutkimusraportista, tulisi Anne Ryenin (2004, 218–219) mukaan tutkijan autobiografisia kokemuksia sisällyttää analyttisiin reflektioihin. On myös erityisen tärkeää tunnistaa tutkijan positioon liittyvä valta ja sen ongelmat sekä se, kuinka oma yhteiskunnallinen paikantuminen sävyttää tutkimuksen tekemistä (Ikävalko 2016, 125).

Kuljeskelu on tässä tutkimuksessa tapa lähestyä aihetta ja kirjoittaa siitä. Kuljeskelu mahdollistaa sen hahmottamisen, sen tunnistamisen ja näkyväksi tekemisen, että tätä tutkimusta on tehty jo pidempään kuin tavanomaisesti tulisi esitettyä tutkimusprosessin kuvauksessa. Se on ollut vireillä opintojeni, työni, feministisen heräämiseni ja henkilökohtaisten vaikeuksieni rihmastoissa. Olen analysoinut jo ainakin syksystä 2014 opiskeluun ja sen tahmeuteen liittyviä havaintoja ja kokemuksia erilaisten teoreettisten näkökulmien ja käsitteiden avulla. Tämä sopii myös hyvin St. Pierren laadullisen tutkimuksen jälkeisen tutkimuksen⁵ henkeen. Kuten Deleuze ja Parnet (2002, 8) St. Pierren (2018, 604) mukaan ehdottavat, vaatii tällainen post-laadullinen tutkailu hyvin pitkällisen valmistelun mutta ei metodia, sääntöjä tai valmiita reseptejä, joita noudattaen päästäisiin standardilopputulemaan. Deleuzea ja Guattaria (1980/1987, 12) lainaten St. Pierre (2018, 604) luonnehtii tätä pitkää valmistelua lukemiseksi, ajatteluksi, kirjoittamiseksi ja teorian kanssa elämiseksi, jossa teoriaa koetellaan törmäyttämällä sitä yhteen elämän kanssa. Näin olen tehnyt siitä asti, kun ensi kerran keksin tutkia jotain, mihin olen itse auttamattoman sotkeutunut (ks. da Silva 2014).

⁵ Elina Ikävalkon (2017, 63) suomennos termille *post qualitative inquiry*

Tutkijaopiskelijan/opiskelijatutkijan positiosta

Feministisen jälkistrukturalistisen maailman jäsenyyksen valossa olemme aina osa valtasuhteita – sosiaalisia, poliittisia, taloudellisia – sekä kieltä, joka ei ole omaamme, mutta jota teemme sellaiseksi. Eva Bendix Petersen (2016) kirjoittaa siitä, kuinka tutkijoiden on performoitava autonomiaa, puhuttava itsensä oman tien kulkijaksi. Voidaan ajatella, että mikään tie ei kuitenkaan ole täysin oma. ”Puhdasta” omaa ajattelua ei ole. Sanat eivät ole omia, kieli ei ole oma, sanojen ja lauseiden yhdistelmätkin ovat yhteisten kieltä koskevien sääntöjen (kielioppi) ja tapojen (puhekieli) rajaamia⁶. Tutkijaa vievät erilaiset jo hänestä riippumattomasti tieteessä liikkuvat suuntaukset. Toki hän voi valita lukemattomasta määrästä erilaisia tieteenaloja ja niiden alla vaikuttavia virtauksia, mutta tarkemmin mietittynä nämäkin valinnat ovat sidottuja moneen asiaan, kuten kyseisen tutkijan paikkaan ja aikaan sekä sosioekonomiseen taustaan. Mahdollisuuksien kenttä on rajattu.

Kristiina Brunila (2015) tarkastelee akateemiseksi subjektiksi tulemistä oman professuurinsa kautta. Artikkelin *The Ambivalences of Becoming a Professor in Neoliberal Academia* edustaa sekä teorian hyödyntämisen että aineistonsa puolesta edellä esiteltyä kuljeskelevaa tutkimusta. Teorian ja kirjoittamisen osalta kuljeskelu tarkoittaa siinä keskustelua teorioiden ja tutkijoiden kanssa – näkökulmien, käsitteiden ja aineiston yhteistä kuljeskelua rinnakkain ja lomittain. Aineiston tuottamisessa kuljeskelu on puolestaan merkinnyt kuljeskelevan kokemusaineiston hyödyntämistä. Kyseessä ei kuitenkaan ole kokemus jonain yksilön omistamana entiteettinä, vaan kokevaksi subjektiksi konstituoitu akateeminen subjekti. (Mt.) Ymmärrän tässä tutkimuksessa *kokemuksen* Joan W. Scottin (1992, 25–26) mukaisesti diskurssien kautta vaikuttavien historiallisten prosessien tuotoksena:

For that we need to attend to the historical processes that, through discourse, position subjects and produce their experiences. It is not individuals who have experience, but subjects who are constituted through experience. Experience in this definition then becomes not the origin of our explanation, not the authoritative (because seen or felt) evidence that grounds what is known, but rather that which we seek to explain, that

⁶ ”Jokainen sana, muoto, lauserakenne, on kulttuurinen, sosiaalinen ja kielessä/kielellä ilmaistu sopimus.” (Guttorm 2014, 15.)

about which knowledge is produced. To think about experience in this way is to historicize it as well as to historicize the identities it produces.

Kokemus ei ole siis tämän käsityksen mukaan jotain yksilöstä lähtöisin olevaa, johon tutkimuksella pyritään pääsemään käsiksi, jotain, jossa piilee perimmäinen totuus, vaan se on diskursiivisesti tuotettu ja se muodostaa subjektin. Kokemus tietystä kulmasta katsottuna siis edeltää subjektia. Ranskalainen filosofi Michel Foucault esittää *Seksuaalisuuden historian* toisessa osassa *Nautintojen käyttö* (2010, 121–122) tutkimuksensa kohteeksi seksuaalisuuden historian kokemuksena. Hän ymmärtää kokemuksen ”tietyssä kulttuurissa esiintyväksi vastaavuudeksi tiedon, normatiivisuuden ja subjektiivisuusmuotojen välillä”. Tutkimuksellisesti kiinnostavaa onkin, miten kokemus on historiallisesti tuotettu ja millaisten diskurssien kautta. Miten nämä diskurssit positioivat kokevan subjektin?

Autoetnografiassa tutkija tarkastelee henkilökohtaisten kokemustensa sosiaalisia ja kulttuurisia kytköksiä. Kun tutkija vaihtelee näkökulmaa ”ulkoisesta” ”sisäiseen” ja takaisin, rajat henkilökohtaisen ja kulttuurisen välillä hämärtyvät. (Ellis 2003, 37–38.) Pyrinkin autoetnografisen aineiston avulla purkamaan tieteeseen liittyviä kahtiajakoja, kuten tutkivan subjektin ja tutkittavan objektin sekä sisäisen ja ulkoisen, itsen ja sosiaalisen välisiä erotteluja (Petersen 2003, 9–14). En voi väittää, että voisin tutkia korkeakouluopiskelijoita objektiivisen etäisyyden päästä, sillä olen yksi heistä. Feministisen metodologian näkökulmasta tosin kukaan ei kykene tähän objektiiviseen etäisyyteen, vaikka asettuisikin tutkimansa yhteisön ulkopuolelle (ks. esim. Paju ym. 2014). Kuitenkin positioituminen osaksi tutkittavaa asetelmaa tarjoaa mahdollisuuden tarkastella subjektifikaatiota myös tutkijan osalta.

Ajatus tutkijan reflektiosta itseriittoisena oman navan tuijottamisena perustuu Eva Bendix Petersenin (2003, 13–14) mukaan sisäisen ja ulkoisen väliselle kahtiajaolle. Hän asettaa tämän jaon kyseenalaiseksi Joseph Schneiderin (1993) pohdintoihin tukeutuen. Jos ajattelemme tutkijan, kuten muidenkin subjektien, muotoutuneen osana ja vasten tarjolla olevia diskursiivisia muodostelmia ja käytäntöjä, voi näiden subjektifikaation prosessien reflektoinnin ja analysoinnin ajatella kohdistuvan samanaikaisesti sekä sisäiseen että ulkoiseen – tai oikeastaan niitä on tästä näkökulmasta katsottuna mahdoton erottaa toisistaan. (Petersen 2003, 12–13.) Ei ole olemassa erillistä sisäistä, valtasuhteista irrallista yksilöä.

Monet tutkijat ovat käyttäneet itseään tutkimuksensa aineistona tai lähtökohtana (ks. esim. Ahmed 2017; Brunila 2015; Davies ym. 2001; Katila & Meriläinen 2006; Korpiaho 2007; Rissanen 2015; Simola 2013; Valtonen 2009) tai kirjoittaneet omista tunteistaan ja kokemuksistaan osana tutkimusprosessin kuvausta ja tutkijan position hahmottelua (Ellis 1999; Petersen 2003; 2008; 2013). Nämä tutkimukset edustavat eri tutkimusperinteitä ja hyvinkin erilaisia ontologisia lähtökohtia ja metodologisia otteita. Olen ottanut vaikutteita erityisesti Eva Bendix Petersenin (2003) autoetnografisesta lähestymistavasta. Petersen on analysoinut omia halujaan ja järkeilyjään foucault’laisten käsitteiden kanssa akateemisina minäteknologioina. Pyrin häntä seuraten radikaaliin uteliaisuuteen omaa subjektifikaatiotani kohtaan. (Mt., 11–12.) Tämä uteliaisuus on tosin minulle hyvin luontevaa, eikä sen eteen siksi ole tarvinnut tehdä erikseen töitä. En silti ajattele, että subjektin olisi mahdollista tulla läpinäkyväksi itselleen ja omalle muotoutumiselleen. Kiinnostukseni kohdistuu niihin diskursseihin, jotka ovat muovanneet ja muovaavat subjektiviteettiani, en siis etsi totuutta itsestäni. Foucault’lainen vallan analytiikka antaa tutkijalle mahdollisuuden harjoittaa yhteiskunnallista refleksiivisyyttä:

Foucault offers a radical break with liberal humanism and the dominance of the rational individual’s reflexive/reflective accounts of social life. He makes it possible to see discourse, such as neoliberal discourse, working on us and through us, thus also challenging the separation of epistemology and ontology. (Davies 2018, 117.)

Autoetnografia alkaa tutkijan omasta elämästä ja siinä kiinnitetään huomiota kehon tuntemuksiin, tunteisiin ja ajatuksiin. Autoetnografian kirjoittaminen on Ellisin mukaan erittäin vaikeaa ja se edellyttää kykyä itsehavainnointiin ja omien tunteiden, motiivien sekä koettujen ristiriitojen tunnistamista. Se on itsensä likoon laittamista ja tämän mukana tulevan haavoittuvuuden kanssa elämistä. (Ellis 1999, 671–672.)

Pääsin tuntemaan tämän nahoissani, kun esittelin ensi kerran graduseminaarissa tutkielmatekstiä, jossa oli mukana johdanto-luvun alussa oleva omakohtainen kirjoitus. Itse seminaarissa vastaanotto oli hyvä. Sain kuitenkin myöhemmin kommentteja eräältä opiskelijalta, joka ei ollut päässyt paikalle. Olin kommentoinut hänen viittä vaille valmista graduaan edellisenä viikonloppuna. Luettuaan kirjoitelmani hän sanoi, ettei olisi pyytänyt minua kommentoimaan graduaan, jos olisi tiennyt mielenterveysongelmistani. Näen tämäntyyppisen toiminnan perustuvan

taustaoletukseen, jonka mukaan mielenterveyden häiriötä sairastava on hauras ja kaipaa suojelua. Tätä voi jäsentää sanismin käsitteen kautta, joka viittaa mielenterveyteen liittyviin eriarvoistaviin kyvykkyyshanteisiin (Leblanc & Kinsella 2016, Ikävalkon tulossa mukaan). Sanismiin liittyy käsitys mielenterveyden häiriöön sairastuneesta⁷ lähtökohtaisesti puutteellisena ja kokonaisvaltaisesti häiriön kautta määrittävänä. Tästä voi seurata, ja edellä kuvatussa tilanteessa seurasikin, holhoavaa kohtelua sekä itsemääräämisoikeuden loukkauksia. (Mt.)

Precarias a la derivan (2009, 10) tunnuslause alkaa: ”lähdetään liikkeelle itsestämme, jotta emme jämähtäisi itseemme”. Olen oppinut ja oivaltanut paljon yliopiston käytännöistä törmätessäni niihin – hankauksesta, joka repii joskus ihon vereslihalle. Sara Ahmed (2017) on sanonut, että opimme maailmoista aivan omanlaisiaan asioita, kun ne eivät ole tehty meitä varten. Hän puhuu erityisesti ei-valkoisista naisista valkoisen miehen yliopistomaailmassa, mutta näkisin, että tämä sama ajatus sopii myös laajemmin opiskelijaan, jonka on vaikea erinäisistä syistä sovittautua yliopiston muottiin. Luokkatausta (ks. mm. Käyhkö 2014), sukupuoli, etnisyys, uskonto, seksuaalisuus, toimintakyky ja vammaisuus asemoivat ihmiset eri tavalla (korkea)koulutuksessa. Puhuessaan kotiläksyistä (*homework*) Ahmed (2017) kehottaa tuomaan feministisen teorian kotiin, eli niihin paikkoihin, joissa elämme ja työskentelemme. Siksi tuon vallan analytiikan ja feministisen jälkistrukturalistisen tutkimuksen opiskelijoiden mielenterveydestä käydyn keskustelun luokse. Laitan ne vuoropuheluun keskenään ja katson, mitä siitä seuraa. Sillä minun toinen kotini on yliopisto, ja olen tarvinnut mielenterveyspalveluita opintojeni aikana.

Aineisto

Olen tutustunut hyvin monenlaisiin aineistoihin, sillä ilmiö ei paikannu vain yhteen paikkaan, vaan se pirstaloituu osaksi kaikkia niitä virtuaalisia ja konkreettisia tiloja, jossa opiskelija liikkuu opintojensa varrella. Opiskelija kuluttaa mediaa, käy ammattikorkeakoululla tai yliopistolla, voi vieraila YTHS:n sivuilla ja käyttää YTHS:n palveluita⁸ ja ehkä hän hakeutuu tai hänet ohjataan opintopsykologin pakeille. Olen

⁷ Lainaan tässä Ahosen (2019) Suomalaista mielenterveyspolitiikkaa käsittelevässä väitöskirjassaan käyttämää nimitystä.

⁸ Ammattikorkeakoulun opiskelijoilla ei ole tähän asti ollut pääsyä YTHS:n palveluihin. Palvelut kuitenkin laajenevat 1.1.2021 koskemaan kaikkia korkeakouluopiskelijoita. (YTHS 2020.)

liikkunut pääkaupunkiseudun yliopistojen ja ylioppilaiden terveydenhuollon internet-sivuilla sekä muiden mielenterveystukea tarjoavien tahojen sivustoilla. Koska kaikki ei kuitenkaan mahdu pro gradu -tutkielmaan, olen rajannut tarkemman tarkasteluni yhteen aineistokokonaisuuteen, jonka esittelen seuraavissa alaluvuissa.

Nyyti ry – ”Mielen hyvinvointia opiskelijoille”

Keräsin⁹ tekstejä Nyyti ry:n, Helsingin yliopiston ja Aallon sekä YTHS:n sivuilta vuoden 2016 kesällä. Graduni oli tauolla muutaman vuoden, kun tein muita opintoja. Ideat ovat kuitenkin muhineet taustalla ja olen napannut kuljeskelevan hengen mukaisesti teoreettisia ja tutkimusaiheeseen liittyviä aineksia käymiltäni sukupuolentutkimuksen kursseilta ja muualta. Palasin aineistoni äärelle 2018 syksyllä, jolloin huomasin, että Nyyti ry:n sivut olivat uudistuneet. Pohdiskelun, tuskastelun ja muutaman ohjaajan sekä opiskelijaystävän kanssa käydyn keskustelun tuloksena päädyin päivittämään aineistoni. Tässä tutkielmassa käyttämäni aineisto on siis poimittu vuonna 2018 Nyyti ry:n uudistuneilta verkkosivuilta.

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö YTHS:n kautta voi saada apua lieviin ja keskivaikeisiin mielenterveyshäiriöihin. Pidempää hoitosuhdetta edellyttävien vaikeiden häiriöiden osalta opiskelijat ohjataan julkisten palveluiden piiriin. YTHS tarjoaa matalan kynnyksen palveluita, kuten itsehoidon apuvälineitä, etävastaanottoja sekä mobiiliterapiaa. (Toivanen 2019.) Matalan kynnyksen palveluita nuorille aikuisille ja opiskelijoille tarjoavat myös monet tahot, kuten Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin HUSin tuottama verkkopalvelu Nuorten mielenterveystalo, valtakunnallinen nuorten mielenterveysseura Yeesi sekä opiskelijoiden mielenterveyden edistämiseen erikoistunut Nyyti ry, vain muutamia pääkaupunkiseudulla toimivia tahoja mainitakseni.

Erilaisten chattien ja verkon itseapupalvelujen määrä on kasvanut 2010-luvulla huomasti, ja samalla muut opiskelijoille tarjolla olevat mielenterveyspalvelut ovat

⁹ Puhun tässä aineiston *keräämisestä*, vaikka jälkistrukturalistisen tutkimuksen hengessä *tuottaminen* olisi sopivampi ilmaus. Päädyin tähän ratkaisuun siksi, että aineisto, johon viitataan, on niin kutsuttua ”luonnollista aineistoa” (ks. esim. Kendall & Wickham 2007, 129) eli se on tuotettu tutkijasta ja tutkimuksesta riippumattomasti. Jos siis olisin tehnyt kenttätöitä tai toteuttanut haastatteluja, kutsuisin sitä aineiston tuottamiseksi, mutta nyt kun olen ottanut verkosta valmiita tekstejä, kutsun sitä aineiston keräämiseksi.

rahoituksen leikkausten vuoksi vähentyneet. Tämä liittyy myös ennaltaehkäisevien ratkaisujen keskeisyyteen suomalaisessa mielenterveyspolitiikassa ja -työssä. (Ahonen 2019; Ikävalko tulossa.) Kolmannen sektorin toimijat paikkaavat kurjistettua palvelujärjestelmää ja täydentävät avohoidon vaillinaisia resursseja (Ikävalko tulossa; Helén 2011).

Nyyti ry kuvaa toimintaansa seuraavasti verkkosivuillaan:

Nyyti ry on opiskelijoiden mielenterveyttä ja opiskelukykyä edistävä valtakunnallinen ja yleishyödyllinen yhdistys, jonka toimintaa Sosiaali- ja terveysministeriö tukee Veikkauksen tuotoilla.

Nyyti ry edistää opiskelijoiden mielenterveyttä tarjoamalla monipuolista tietoa ja toimintaa mielen hyvinvointiin ja opiskeluarjessa jaksamiseen liittyvissä asioissa. Lisäksi Nyyti ry tukee opiskelijoiden parissa toimivia tarjoamalla koulutusta, materiaaleja, verkostoja ja sparrausta. Vaikuttamistoiminnassaan Nyyti ry lisää tietoisuutta opiskelijoiden mielenterveydestä ja opiskelukyvystä sekä niihin vaikuttavista keinoista niin opiskelijoiden, opiskeluyhteisöjen, ammattilaisten kuin yhteiskunnankin keskuudessa. Vaikuttamisella pyritään myös vähentämään mielenterveysongelmiin liittyvää stigmaa ja ennakkoluuloja.

Nyyti ry on osaltaan varmistamassa, että Suomessa riittää tulevaisuudessakin hyvinvoivia tekijöitä työelämän tarpeisiin, sillä huomisen työelämä ja hyvinvointi tehdään tänään.

Mielellä on väliä!

(Nyyti 2019.)

Näitä materiaaleja lukiessa heräsi kysymys: kenelle nämä palvelut on suunnattu ja ketä ne palvelevat? Yllä lainatussa Nyytin (2019) toiminnan kuvauksessa oleva osuus siitä, että yhdistys ”on osaltaan varmistamassa, että Suomessa riittää tulevaisuudessakin hyvinvoivia tekijöitä työelämän tarpeisiin” ei ollut verkkosivuilla vielä vuonna 2016 tai 2018, kun olen ottanut niiltä tekstejä. Nyyti asettuu otteessa tekemään huomisen työelämää ja hyvinvointia. Elinkeinoelämän palvelu voittoa tavoittelemattoman toiminnan perusteluissa on lisääntynyt viime vuosina. Markkinalogiikan levittäytyttyä myös kolmannelle sektorille talousretoriikkaa edellytetään tasa-arvo- ja yhdenvertaisuustyöltä (Brunila 2009; Brunila & Isopahkala-Bouret 2010; Ikävalko 2016) sekä mielenterveyspalveluilta (Salo 2019). Myös Kelan kuntoutusterapian edellytyksenä on opiskelukyvyn ja työelämän turvaaminen:

Kuntoutuspsykoterapian tavoitteena on edistää kuntoutujan työ- ja opiskelukykyä sekä tukea opintojen edistymistä, työelämässä pysymistä ja työelämään siirtymistä tai sinne palaamista.

(Kela 2020a.)

En suoranaisesti käytä vuonna 2016 koottua aineistoa tässä tutkimuksessa, mutta tulen kiinnittämään huomiota silloin tekemiini muistiinpanoihin ja siihen, kuinka tuo aiempi luentani aineistosta jossain kohdin eroaa nykyisestä. Pohdin, miten oma mielenterveyteni on sävyttänyt luentaani kumpanakin aineiston lukemisen ajankohtana. Tämä kahden vuoden etäisyys tarjoaa kutkuttavan mahdollisuuden tarkastella opiskelijan mielenterveyspalveluja palvelujen potentiaalisen kohteen näkökulmasta.

Nyyti ry:n vanhan ja uuden aineiston yhtymäkohtana on eräs blogiteksti *Vaikeasta tunteesta voimavaraksi*. Olen kommentoinut alla lainattua kohtaa vuoden 2016 elokuussa, jolloin itse sukeltelin aika syvissä vesissä.

Parhaimmillaan vaikeimmatkin tunteet on mahdollista kääntää voimavaroiksi, jotka lopulta johtavat positiivisiin lopputuloksiin. Mikä mainio potentiaali tunteissamme piileekään!

(Nyyti 2016.)

Onkohan näin? esim. vakavasti masentuneen suhteen? Miten käännät suunnattoman itseinhon voimavaraksi? tai mittaamattoman epätoivon?

(JdSG, kommentti 18.8.2016.)

On ollut kiinnostavaa huomata, miten eri tavalla luen Nyytin tekstejä, kun voin verrattain hyvin ja silloin, kun olin vaikeasti masentunut. Tämä mahdollistaa vertailua sen välillä, miten nämä materiaalit puhuttelevat eri tilanteessa olevia. Nyt, kun lukijana on sama ihminen, on vertailuasetelma sitäkin herkullisempi. Luen parin vuoden takaisista aineistokommenteistani kohtaamattomuutta – materiaalit eivät puhu silloiselle minulle eivätkä tarjoa muuta kuin kohtuuttomia odotuksia ja riittämättömyyden tunteita.

Opi uutta, innostu uudesta, näe mahdollisuuksia, haasta ja yllätä itsesi.

- Elvytä vanha mielenkiinnon kohde.
- Kokeile jotain uutta.
- Ota vastuullesi uusia tehtäviä.

- Korjaa polkupyörä.
- Opettele soittamaan jotain instrumenttia tai tekemään suosikkiruokaasi.
- Aseta itsellesi haasteita ja yllätä itsesi.
- Uusien asioiden opettelu kartuttaa itseluottamusta ja on kaiken lisäksi hauskaa.

(Nyyti 2015a.)

Jos osin olosuhteiden sanelemana aikataulu on jo venytetty äärirajoilleen, ei aikaa (saati sitten energiaa) uusille tehtäville ja harrastuksille tuppaa löytymään. Mutta tällainen ohje voi taas luoda lisää paineita ja syyllisyydentuntoja, kun olemassa olevien velvollisuuksien lisäksi pitäisi vielä ehtiä ja jaksaa tällaisiakin asioita oman hyvinvoinnin ylläpitämiseksi.

(JdSG, kommentti 16.8.2016.)

Huomaa pienet, iloa tuottavat asiat. Ole utelias.

- Ole utelias.
- Nauti kauniista asioista.
- Huomaa epätavallisetkin asiat.
- Huomaa vuodenaikojen vaihtelut.
- Nauti hetkestä – matkalla opiskelemaan, työmatkalla, lounaalla, ystävien kanssa jutellessa.
- Ole tietoinen maailmasta ympärilläsi ja siitä, mitä tunnet juuri sillä hetkellä.

(Nyyti 2015b.)

Hyviä ohjeita hyvässä kunnossa olevalle mutta ihmiselle, joka on esimerkiksi vakavasti masentunut, nämä asiat voivat olla mahdottomia ja niiden tuputtaminen ratkaisuna ongelmiin voi vain syyllistää kyvyttömyydestä toimia näin.

(JdSG, kommentti 16.8.2016.)

Nämä eri aikoina ja eri tilanteissa toteutetut aineiston luennat ovat yhtä lailla tutkimustuloksia – mikään niistä ei ole toista ”todempi” vaan ne ovat kuljeskelun hengessä kerrostuneita luentoja. Kaksi vuotta myöhemmin aineiston äärellä eivät samat kohdat enää hiertäneet. Suhtauduin neuvoihin myötemielisemmin. Kun ulkoilu jo muutenkin maistui ja sosiaalinen kanssakäyminen oli pääasiassa mukavaa, eivät niitä koskevat neuvot herättäneet minussa vastalauseita. Olin tarpeeksi hyvässä kunnossa toteuttaakseni tällaisia ohjeita ja hyötyäkseni niistä. Karoliina Ahonen (2019) on todennut mielenterveyspolitiikan muutoksia käsittelevässä väitöskirjassaan, että ennaltaehkäisevä ja itseapuun perustuva mielenterveystyö sopii

niille, jotka ovat riittävän hyvässä kunnossa ottaakseen vastuuta toipumisestaan. Muut se jättää heitteille.

Opiskelijoiden tarinat aineistona

Kiinnostukseni opiskelijoiden subjektifikaatiota kohtaan johdatteli minut valitsemaan ensisijaiseksi aineistokseni Nyyti ry:n verkkosivujen Tarinat-osion, jossa on opiskelijoiden kirjoittamia omakohtaisia kertomuksia. Siihen hetkeen mennessä, kun lopetin tarinoiden keräämisen Nyytin sivulta, oli niitä kaiken kaikkiaan 52. Jätin pois *Puhutaan sinkkuudesta* -kampanjan kirjoitukset, joita oli yhteensä neljä ja yhden seurustelua käsitelleen kirjoituksen. Koska kiinnostukseni kohdistuu korkeakoulutuksen kontekstiin, jätin myös pois yhden yläkoululaisen kirjoittaman tekstin. Mukaan otetuista 46 tarinasta 23 on *Pala elämää* -blogikampanjasta, joka järjestettiin vuoden 2015 syksyllä. Yksi teksteistä on *#Mitäkuuluu* -kampanjasta vuodelta 2016, yksi on osa opiskelijoiden mielenterveyspäivän kampanjointia¹⁰ 2018 keväältä ja loput on julkaistu suoraan Tarinat-osiossa.

Tarinoissa käsitellään opiskelijan elämään ja hyvinvointiin liittyviä asioita ja ilmiöitä omakohtaisesti, lähietäisyydeltä. Voit kertoa myös oman tarinasi sinua koskettavasta aiheesta.

(Nyyti 2018.)

Opiskelija voi tarjota omaa tarinaansa julkaistavaksi sivuilla olevan lomakkeen kautta. Tarinoita voi kirjoittaa anonyymisti nimimerkillä tai omalla nimellään. Luen näitä kirjoituksia osana laajempaa kontekstia, en kenenkään yksittäisen henkilön ajatuksina. Olen nimennyt tarinat nimimerkkien tai nimien sijaan niiden otsikoilla, sillä otsikoissa kiteytyy tarinan aihe tai näkökulma.

Tarinat käsittelevät hyvin monipuolisesti opiskelijan arkea. Niissä käsiteltäviä aiheita ovat opiskelun lisäksi muun muassa hyvinvointi, mielenterveys ja sen haasteet, harrastukset, asuminen, kotiaskareet sekä ihmissuhteet, mukaan lukien seurustelu, ystävyys- ja perhesuhteet. Teksteissä kerrotaan omasta elämästä ja siinä kohdatuista vaikeuksista sekä monesti myös jaetaan näihin vaikeisiin tilanteisiin löytyneitä ratkaisuja. Vähän yli kaksi kolmasosaa kirjoittajista on opiskellut tai opiskelee

¹⁰ Kampanja toteutettiin 9.–20.4.2018 ja sen teemana oli ”myötätunnosta hyvinvointia”.

yliopistossa, vajaa yksi kolmasosa ammattikorkeakoulussa ja muutaman osalta opiskelupaikka ei selviä tekstistä¹¹.

Tarina voi käsitellä esimerkiksi omaan opiskelija-arkeesi liittyviä ajatuksia, kokemuksia ja fiiliksiä. Voit kertoa vaikkapa siitä, mikä ilahduttaa ja mistä saat voimia ja hyvää mieltä tai miten pidät itsestäsi huolta. Voit myös kertoa siitä, miten olet löytänyt ratkaisuja opiskeluelämässä kokemiisi haasteisiin. [...]

Emme halua ohjeistaa aihevalintaasi, mutta toivomme että tarinassasi on kannustavuutta ja toiveikkuutta. Näin omat kokemuksesi ja oivalluksesi voivat auttaa toisiakin löytämään uudenlaisia näkökulmia omaan opiskeluarkeen ja hyvinvointiin.

(Nyyti 2018.)

Sivulta löytyvä ohjeistus suuntaa kirjoituksia ratkaisukeskeiseen ja positiiviseen kulmaan. Tämä on luettavissa myös itse tarinoista. Monissa niistä painotetaan juuri vaikeuksiin löydettyjä ratkaisuja ja onnistumisia. Joissain synkemmissä tarinoissa myönteisyys hyppää ikään kuin päälle liimattuna tarinaan mukaan loppua kohti. Tätä voi lukea yrityksenä sovittautua ohjeistuksessa asetettuun ja blogissa julkaistujen tarinoiden uusintamaan selviytymistarinan malliin (vrt. Scharff 2016, 113–114), vaikka kyseinen omakohtainen tarina ei toivoa tihkuisikaan.

Kysyin sähköpostitse Nyytin tutkimuslupakäytännöstä. Vastauksessa selvisi, että nettisivujen sisältöjen käyttöön ei tarvitse pyytää erikseen lupaa. Tutkimuksen eettisiin standardeihin ei löydy Anne Ryenin (2004, 219) mukaan mitään kansainvälisiä sopimuksia tai säädöksiä mutta kolme keskeistä teemaa nousee usein esille länsimaisessa keskustelussa eettisistä tutkimuskäytännöistä. Nämä ovat tietoinen suostumus, yksityisyys ja luottamus. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2009) laatimien ihmistieteisiin luettavien tutkimusalojen eettisiin periaatteisiin kuuluu myös kolme keskeistä osa-aluetta: tutkittavien itsemääräämisoikeus, vahingoittamisen välttäminen sekä yksityisyys ja tietosuojat.

Tietoinen suostumus ja itsemääräämisoikeus viittaavat siihen, että tutkittavilla on oikeus tietää, että heitä tutkitaan ja oikeus saada tietoa tutkimuksen luonteesta sekä mahdollisuus vetäytyä tutkimuksesta milloin vain. Tutkijan tulisi varmistaa, ettei tutkittavien henkilöllisyys ole jäljitettävissä tutkimusraportista. Tämän voi toteuttaa

¹¹ 30 yliopistossa, 13 ammattikorkeakoulussa, 3 epäselvää.

muun muassa jättämällä pois tai muuttamalla henkilöön viittaavia tunnistetietoja (kotikaupunki, asuinpaikka, oppilaitos, tunnistettavat tapahtumat). Luottamus viittaa erityisesti kenttätööhön (etnografia tai haastattelut) mutta tekstiaineistoa käyttävä tutkija voi myös pohtia luottamukseen liittyviä kysymyksiä. Kaikkiin näihin osaluokkiin liittyy eettisiä dilemmoja, sillä kaikki tutkimukset eivät voi luonteensa puolesta paljastaa tutkittaville tutkimusasetelmaa tai edes koko tutkimuksen olemassaoloa etukäteen. Suostumuksen pyytäminen ei ole myöskään aina tarkoituksenmukaista tutkimuksen kontekstista, toteutustavasta ja seuraamuksista riippuen. (Ryen 2004.)

Nimimerkillä tarinansa julkaisseiden kirjoittajien yksityisyys ja tietosuoja on jo lähtökohtaisesti taattu. Tutkittavien itsemääräämisoikeuteen lukeutuva osallistumisen vapaaehtoisuus ei kuitenkaan toteudu, jos tutkimusraportissa on aineisto-otteita, joiden tutkimuskäyttöä varten ei ole pyydetty asianomaisilta lupaa. Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2009, 4) tosin kirjoittaa, että "[v]apaaehtoisen suostumuksen periaatteesta voidaan poiketa tutkittaessa julkistettuja ja julkisia tietoja sekä arkistoaineistoja." Tämä sinänsä koskee Nyytin verkkosivujen tekstejä. Anonymiteetin voi ajatella suojaavan nimimerkillä kirjoittaneita vahingolta.

Jäin kuitenkin miettimään sitä, onko oikein käyttää omalla nimellään kirjoittaneiden opiskelijoiden tekstejä pyytämättä heiltä siihen lupaa. Heidän tapauksessaan yksityisyys ja tietosuoja eivät nimittäin toteutuisi. Toki tekstinsä omalla nimellään julkaiseva luopuu yksityisyydestä kyseisen tekstin osalta. Kyseenalaiseksi tämän tutkimukseni osalta koen sen, että kirjoittaja ei julkaisemisen yhteydessä ole kuitenkaan välttämättä ajatellut, että hänen tekstiään voitaisiin joskus käyttää tutkimustarkoituksiin. Tästä syystä päädyin lopulta kokoamaan kaikki koko nimellään kirjoittaneet opiskelijat Excel-taulukkoon ja otin heihin yhteyttä. Heitä on yhteensä 22. Laitoin viestin 17 kirjoittajalle, joiden tekstiin olin viitannut aineistosta tekemässäni jäsennyksessä.

Kirjoitin ensimmäiseen viestiluonnokseen: "Toivon toki mahdollisuutta käyttää jotain suoria lainauksia, sillä tarinasi on hyvin kirjoitettu ja sanoittaa oivallisesti tutkimukselleni relevantteja ilmiöitä." Poistin kuitenkin ennen lähettämistä osuuden, jossa kehuin tekstiä, sillä tutkittavien suostuttelun tutkimuslupan saamiseksi voi nähdä eettisesti kyseenalaisena (ks. Liite 1. Tutkimuslupaviesti). Sain vastauksen 14

kirjoittajalta, joista 13 antoi luvan tekstinsä käyttöön ehdottamallani tavalla. Yksi toivoi mahdollisimman perusteellista anonymisointia tekstinsä käytön yhteydessä. Kolmea en saanut kiinni, joten heidän ja anonymisointia toivoneen teksteistä en ole ottanut suoria lainauksia. Tähän lopulliseen työhön päätyi lainauksia kymmenen omalla nimellään kirjoittaneen tarinasta.

Edellä oleva eettisen tutkimustoiminnan tarkistuslista havainnollistaa sitä, mitä Bronwyn Davies (2018) kutsuu tekniseksi käsitykseksi etiikasta. Tutkimuksen tekoa (muun muassa rahoituksen kautta) säätelevä uusliberalistinen hallinta on osaltaan tuottanut tällaista lähestymistapaa tutkimusetiikkaan, jossa kohta kohdalta kuitataan huomioitavia asioita valmiilta listalta. (Mt., 115.) Jälkistrukturalistisesta näkökulmasta etiikka edellyttää Daviesin (2018, 125) mukaan sitä, että kysymme muun muassa, kuinka olemme osa ja mukana tuottamassa erinäisiä epäeettisiä käytäntöjä sekä mitä tietämisen ja olemisen tapoja pidämme yllä ja panemme liikkeelle tehdessämme tutkimusta. Patti Lather (2007, 38) viittaa Judith Stacey'n vuonna 1988 kirjoitettuun esseeseen, jossa nostetaan esiin tutkimusasetelmiin liittyvät väistämättömät valtaepäsuhdet:

By setting itself up as better intentioned, Stacey argued, feminist ethnography risked even greater violation of the researched than the more distanced "objectivity" of conventional research methods.

Myös feministinen tutkimus hyvine tarkoituksiperineen voi siis aiheuttaa vahinkoa tutkittaville. Luvan kysyminen ei tee tutkimuksestani viatonta. Jos käyttää julkista tekstiaineistoa sinne kirjoittaneiden tietämättä, ei ainakaan tule luvanneeksi mitään tutkittaville. Ei lupauksia aineiston käsittelyn tavoista, vakuutuksia hyvistä tarkoituksiperistä, oletuksia representaatiosta. Oikeastaan tietynlainen luottamuksen problematiikka tulee relevantiksi vasta suostumuksen pyytämisen myötä. Kysyminen altistaa tutkimukseni ja minut tutkijana sille, että voin tuottaa pettymyksen niille, jotka ovat luvan antaneet. Olen kuitenkin yhä täysin vastuussa siitä, miten aineistoa luen ja minkä teorioiden kanssa sitä keskustelutan, sekä mitä tästä kaikesta kirjoitan. Kriittiset näkökulmat tekevät tutkimusluvista erityisen epämukavia. Tutkijana mietin, kuinka tarinoiden kirjoittajat ottavat vastaan kriittisen luentani?

Kirjoitin edellä, että en lue tarinoita yksittäisen henkilön ajatuksina. Mitä tutkimusetiikalle tapahtuu, jos tekstin ei ajatella olevan yksilöstä lähtöisin eikä

palautettavissa yksilölliseen, autenttiseen kokemukseen? Jos ne käsitetään jokaista yksilöä laajemmissa diskursseissa tuotettuina? Ehkä silloin eettinen tehtävämme on se, jonka Foucault on asettanut: meidän tulee tehdä näkyväksi ja siten muutettaviksi ne tavat, joilla diskursiiviset muodostelmat, kuten uusliberalismi, muotoilevat sen, mitä pidämme tärkeänä ja manipuloi ja kontrolloi meitä sen kautta (Davies 2018, 117–118).

Olen edellä avannut kuljeskelevaa otettani tutkimukseen ja tutkimuskirjoittamiseen sekä niihin kietoutuvaa autoetnografista virettä. Olen esitellyt aineistoni ja pohtinut julkisen tekstiaineiston käyttöön ja tutkijan positioon liittyviä tutkimuseettisiä kysymyksiä. Seuraavassa luvussa käsittelen analyysitapaani ja sen taustalla olevaa diskursiivista näkökulmaa.

Diskursiivinen luenta

Puolueen valta ulottuu kieleen ja ajatteluun asti. Puolue on luonut uuskielen, jonka sanavarasto vähenee joka vuosi, toisin kuin luonnollisten kielten. Uuskielen tarkoitus on lopulta tehdä puolueen vastustamisesta eli ajatusrikoksesta mahdottomuus. Kun ei ole käsitteitä, joilla puoluetta voi vastustaa, ei voi edes ajatella sen vastustamista, saati puhua siitä.

Näin kirjoittaa Vesa Sisättö (2008, 6) George Orwellin *Vuonna 1984* -teoksen suomenkielisen painoksen esipuheessa kuvaillessaan kertomuksessa vallitsevaa totalitaristista dystopiaa. Tämä fiktiivinen puolue ja sen lainauksessa kuvattu keino hallita demonstroi kielen merkitystä maailmamme tuottajana. Emme voi ajatella tai puhua siitä, jolle meillä ei ole sanoja. Wittgenstein on todennut teoksessaan *Tractatus Logico-Philosophicus* (2001), että ”kieleni rajat ovat maailmani rajat”. Kieli ei kuitenkaan ole kaikki kaikessa, mutta se on keskeinen keinomme tietää ja tämän kielen tietämistämme rajoittavan voiman 1984:n Puolue on valjastanut palvelukseensa. Emme voi puhua jostain, mille meillä ei ole sanoja mutta voimmeko vastustaa jotain, mistä emme osaa puhua? Kuten puolue yrittää tehdä vastarinnan mahdottomaksi köyhdyttämällä sanaston vain puolueen agendaan palveleviin tarkoituksiin, tekevät vallitsevat diskurssit meistä myös kielellisesti köyhiä ja kyvyttömiä ajattelemaan toisin toisenlaisten sanojen uupuessa tai sulkeutuessa legitiimin keskustelun ulkopuolelle.

Foucault’ta kiinnosti sanotun historia, se miten on tullut mahdolliseksi sanoa tiettyjä asioita (Bacchi & Bonham 2014, 179). Se, mitä sanotaan, ei ole sama kuin se, mitä voi sanoa. Nimittäin kaikesta siitä, mitä voisi kielellisesti ja loogisesti katsottuna sanoa, sanotaan vain häviävän pieni osa. Foucault keskittyy jalostamisen mekanismeihin eli niihin käytäntöihin, joilla muovataan se, mitä sanotaan siitä joukosta, mitä voisi olla mahdollista sanoa. Hän kutsuu näitä prosesseja muodostumisen säännöiksi, jotka määrittävät aina kunakin aikana sanotun rajat ja muodon. (Foucault 1968/1991, 59, Bacchin & Bonhamin 2014, 179 mukaan.) Tämä tarjoaa omanlaisensa poliittisen analyysin tavan, jonka avulla voin tarkastella, millä tavoin uusliberalistinen ja psydiskurssi toimivat yhdessä ja tukevat toisiaan (Bacchi & Bonham 2014, 180; Foucault 2010b, 163).

Diskursiivisuus analyysin lähtökohtana

Yritin löytää tätä tutkimusta varten jonkin selkeän määritelmän diskurssista. Tehtävä osoittautui hankalaksi ja lopulta epätarkoituksenmukaiseksi. St. Pierre (2000, 485) kirjoittaa, että jälkistrukturalistisesta näkökulmasta ei ole mielekästä kysellä jonkun asian tai käsitteen ”todellisen merkityksen” perään, sillä merkitystä ei voida ikinä löytää, vaan se pysyy Derridan (1974/1967) sanoin aina lykättynä. Jälkistrukturalismissa kiinnostus kohdistuukin kuvauksia ja määritelmiä hakevien kysymysten sijaan muun muassa siihen, miten ja missä diskurssit toimivat, miten ne tuotetaan ja miten niitä säädellään, mitkä ovat niiden yhteiskunnalliset seuraamukset sekä miten niitä pidetään yllä (Bové 1990, 53–54, St. Pierren 2000, 485 mukaan). Foucault itse tutki, miten mielisairauden (*Histoire de la Folie* 1961), rangaistuksen (*Surveiller et punir: Naissance de la prison* 1975) ja seksuaalisuuden (*Histoire de la sexualité* I-III 1976–1984) diskurssit on historiallisesti tuotettu (St. Pierre 2000, 485).

Diskurssin käsite on tuttu kielitieteestä, jossa se tarkoittaa Tieteen termipankin (2020b) mukaan puhuttua ja kirjoitettua kielenkäyttöä, tietyn puhettavan tuottamia ja kielenkäytössä aktivoituvia merkityksiä tai sosiaalisena käytänteenä toistuvaa ja rajautuvaa kielenkäytön tapaa. Diskurssi ei kuitenkaan Foucault’lla viittaa kieleen ja sen käytön tapoihin (Alhanen 2011; Bacchi & Bonham 2014; Hall 2003; Scott 1994) vaan se tarkoittaa Joan W. Scottin (1994, 284) mukaan ”historiallisesti, sosiaalisesti ja institutionaalisesti erityistä lausumien, ehtojen, kategorioiden ja uskomusten rakennetta”. Foucault’ta kiinnosti kielen sijaan ne säännöt ja käytännöt, jotka tuottavat merkityksellisiä lausumia (*statements*) ja säätelevät diskurssia eri aikakausina (Hall 2003, 44). Myös Foucault’n ajatteluun nojaten Jaana Vuori (2001, 81) käyttää väitöstutkimuksessaan diskurssia yleisen tason käsitteenä, jolla hän viittaa toiston ja variaatioiden kautta kiteytyneisiin sosiaalisten käytäntöjen ja niitä koskevien ilmaisujen kokonaisuuksiin.

Foucault ja diskurssin käsite ovat kuitenkin saaneet osansa kielelliseen käännteeseen kohdistetusta kritiikistä, jonka mukaan kieleen keskittyminen ja materiaalsen todellisuuden ohittaminen vie pohjan poliittiselta analyysiltä. Carol Bacchi ja Jennifer Bonham haastavat tämän kritiikin ja esittävät, että Foucault’n lähestymistapa ylittää symbolisen ja materiaalsen välisen erottelun ja korostaa ”todellisuuden” tuottamisen poliittisuutta. (Bacchi & Bonham 2014, 173–175.) Myös Stuart Hall (1992, 291)

huomauttaa, ettei Foucault'n diskurssin käsite perustu perinteiseen erotteluun ajattelun ja toiminnan sekä kielen ja käytännön välillä.

Bacchi ja Bonham (2014, 177) esittävät, että Foucault ei oikeastaan ollut erityisen keskittynyt juuri diskurssin käsitteen kehittämiseen. Cousins ja Hussain (1984, 78, Bacchin & Bonhamin 2014, 177 mukaan) väittävät, että diskurssi on ollut Foucault'lle vain taktinen keino välttää *ideoiden* konnotaatiota tiedosta puhuessaan. Koska Foucault oli kiinnostunut käytännöistä, jotka muodostavat tiedon järjestelmiä, Bacchi ja Bonham ehdottavat, että diskursiiviset käytännöt olivat Foucault'n ensisijainen analyttinen kategoria diskurssin sijaan. Foucault käyttää diskursiivisten käytäntöjen käsitettä hieman eri tavoin eri yhteyksissä. Tiedon arkeologiassa se määritellään kokoelmaksi anonyymejä historiallisia sääntöjä, kun taas toisaalla se on substantiivi, joka kuvaa tiedonmuodostukseen liittyvien monimutkaisten suhteiden joukkoa. (Bacchi & Bonham 2014, 177–178.)

Vuonna 1968 julkaistussa artikkelissaan *Politics and the study of discourse* Foucault käytti diskursiivisia käytäntöjä ja "sanottuja asioita" synonyymeinä kertoessaan tekevänsä diskursiivisten käytäntöjen historiaa ja myöhemmin viitaten samaan sanottujen asioiden historiana (Bacchi & Bonham 2014, 178). Bacchi ja Bonham tähdentävät, ettei tämä kuitenkaan tarkoita Foucault'n olleen kiinnostunut siitä, miten ihmiset käyttävät kieltä. Foucault on haastanut suvereenin subjektin ja täten painottaa ennemminkin sitä, *mitä* ihmiset sanovat. Huomio foucault'laisessa analyysissä suuntautuu siis sanottuihin asioihin puhujan sijaan – siihen, miten kokonainen symbolisten ja materiaalisten suhteiden vyyhti tuottaa sanotun legitimitetin ja merkityksellisyyden. (Mt.) Foucault käyttää sanotusta nimitystä lausuma ja hän kutsuu niitä tapahtumiksi tai monumenteiksi antaakseen niille omanlaisensa materiaalisuuden. Tällaiset termit tekevät tarkoituksellisesti pesäeroa kielitieteelliseen tutkimukseen ja sen diskurssin käsitteeseen. Lausumat saavat asioita tapahtumaan, ne aktivoivat kokonaisen kentän ja sen suhteet ja asettavat subjektipositioita ja näin konstituoivat subjekteja. (Mt., 184–185.) "Puhuminen on tekemistä" (Foucault 2010b, 209).

Bacchi ja Bonham (2014, 182) nostavat esiin sen, kuinka Foucault puhuu psykiatrisesta diskurssista aivan kuin aktiivisena toimijana: "psykiatrinen diskurssi löytää keinon" (Foucault 2010b, 41). Diskurssin asettaminen kieliopillisesti tekijän asemaan positioi

diskurssin tutkimuksen keskiöön ja mahdollistaa huomion kiinnittämisen psykiatrian piirissä sanottuun liittyviin monimutkaisiin suhteisiin ja ”anonyymeihin, historiallisiin sääntöihin”, jotka säätelevät sitä, mikä kuuluu diskurssiin ja mikä ei (Bacchi & Bonham 2014, 182). ”Psykiatrian diskursiivinen käytäntö” (Foucault 2010b, 75) ei Bacchin ja Bonhamin (2014, 182) mukaan tarkoita Foucault’n ajattelussa sitä, miten psykiatriaa harjoitetaan diskursiivisesti kirjoitusten ja puheen kautta, vaan sillä viitataan *psykiatrian* käytäntöihin eli psykiatrialle – yleisesti hyväksyttynä tiedon muotona – ominaisten suhteiden kokonaisuuteen. Subjekteja tutkiessa ei siis pyritä saamaan selville, mitä ihmiset tarkoittavat eikä yritetä kuvata heidän toimintaansa. Sen asemesta ollaan kiinnostuneita siitä, miten diskurssin säännöt ohjaavat heidän ajatteluaan ja ”miten heidän on ollut mahdollista toimia erilaisissa subjektipositioissa”. Diskurssin objektien ja subjektien olemuksen sijaan katse tarkentuu näitä objekteja ja subjekteja määrittävään ja muokkaavaan käytäntöön. (Alhanen 2011, 70.)

Mielenterveyden häiriöistä on käyty monitahoista keskustelua vammaistutkimuksen (ks. Vandekinderen & Roets 2016) ja mielenterveysaktivismien kentällä. Yhtenä polttavana kysymyksenä on se sama, jota käsitellään myös laajemmin vammaistutkimuksen parissa, eli vamman tai häiriön fysiologisen *todellisuuden* ja kulttuurisen merkityksenannon yhteensovittamisen problematiikka. Kärjistetysti kyse on siitä, että jos fokusoidutaan fysiologiseen, jäävät normalisoiva valta ja yhteiskunnalliset puitteet käsittelemättä ja käsitys vammasta, häiriöstä tai psyykkisestä sairaudesta voi muodostua hyvinkin essentialistiseksi. Jos puolestaan tarkastelu keskittyy sosiaalisen konstruktionismin tai jälkistrukturalismin hengessä vamman tai häiriön sosiaaliseen rakentumiseen tai lääketieteelliseen ja psykiatriseen tiedontuotantoon, jää kriitikoiden, joista monet ovat vammaisaktivisteja tai mielenterveysaktivisteja, häiriön kanssa elävän *todellisuudesta* paljon tavoittamatta. (Ks. esim. Lewis 2017; Price 2011; 2017.)

Diskursiivisia käytäntöjä hahmotellessa ei kuitenkaan tarvitse ottaa kantaa objektien olemassaolon perustaan (Alhanen 2011, 70; Bacchi & Bonham 2014, 182; Foucault 2010b, 47–48). Sen sijaan voi tarkastella sitä sääntöjen kokonaisuutta, jonka puitteissa jostakin muodostuu diskurssin kohde ja joka muodostaa edellytykset sen historialliselle ilmenemiselle (Foucault 2010b, 47–48). Käytäntöjä ohjaavia sääntöjä määritellessä on hyödyllistä ohittaa kysymykset ”asioiden perimmäisestä luonteesta”

sillä ontologisten pohdintojen sivuuttaminen mahdollistaa analyysin, joka keskittyy siihen, miten kohteet on jäsennetty diskurssissa (Alhanen 2011, 65). Foucault ei kiellä ”esidiskursiivisen” tutkimuksen mahdollisuutta mutta irtisanoutuu itse sellaisen tekemisestä (Foucault 2010b, 47). Myöskään minä en tässä tutkimuksessa ota kantaa häiriöiden ontologiaan. Ajattelen, että historiallisesti, yhteiskunnallisesti ja kulttuurisesti tuotettu epänormaali kytkeytyy esimerkiksi perinnöllisiksi ja vaikka aivotointojen neuropsykologisiin häiriöihin liittyviksi jäsennettyihin tekijöihin. Toimintakyky muovautuu monitahoisessa suhteessa ympäristöön, fysiologiaan, neurologiaan, psyykeen, ja näihin historiallisesti ja kulttuurisesti ladattuihin arvostuksiin.

Viimeaikainen tutkimuskeskustelu vamman kanssa elämiseen ja aktivismiin liittyen on ollut entistä monisäikeisempää. Lääketiedettä ei enää käsitetä automaattisesti pahana ja sortavana, ja vammasta puhuminen ei merkitse väistämättä paluuta essentialismiin, vaan kritiikki suunnataan esimerkiksi aliresursoituun ja epätarkoituksenmukaiseen palvelujärjestelmään ja sen saavutettavuuteen (ks. esim. Ahonen 2019; Rikala 2018; Salo 2019). Teoriakeskusteluissa on tärkeää erottaa ihmisten itsemääritlemä avuntarve lääketieteen normalisoivista käytännöistä. Myös hoidontarpeen ja kivun kokemusten artikuloimiselle tulisi olla tilaa teoriassa ja aktivismissa. (Ks. Kafer 2013.)

Siitä huolimatta, että Foucault puhui ennemmin diskursiivisista käytännöistä kuin diskursseista, on diskurssin käsite vakiintunut käyttöön Foucault’ta hyödyntävässä sosiaalitieteellisessä tutkimuksessa. Käytän diskurssin käsitettä, mutta pohjaan käsitykseni diskursseista Foucault’n ajatuksiin diskursiivisista käytännöistä. Ymmärrän tässä tutkimuksessa diskurssit tiedon järjestelminä tai tiedon kokonaisuuksina. Foucault (2010b, 182–183) on halunnut tutkia, miten jokin sanottu käsitetään todeksi ja hyväksytään tiedoksi. Tieto tarkoittaa foucault’laisessa viitekehyksessä sitä, mistä voi puhua diskursiivisen käytännön puitteissa. Tietoa ei hänen mukaansa ole ilman diskursiivista käytäntöä ja minkä tahansa diskursiivisen käytännön voi määritellä sen tuottaman tiedon kautta. (Mt.) Tieto ei ole tämän näkemyksen mukaan mitään ylimaailmallista, lopullisia totuuksia ei ole tarjolla. Tieto on sitä, minkä voi sanoa totena (Bacchi & Bonham 2014, 179). Ja tosi perustuu niihin historiallisesti muodostuneisiin kontingentteihin suhteisiin, sääntöihin ja poliittisiin vääntöihin, jotka olisivat voineet olla myös toisin. Tästä avautuukin uusia ovia ja

Foucault'n analyysin tarjoama muutoksen mahdollisuus. Kun tunnistamme itsestäänselvyyksien historiallisuuden ja sattumanvaraisuuden, voimme kuvitella myös vaihtoehtoja, koska se, miten asiat nyt ovat ei ole välttämätöntä. Toisenlainen maailma on mahdollinen.

Olen saanut inspiraatiota diskursiiviseen otteeseeni muun muassa diskursiivis-dekonstruktiivisesta lukutavasta, joka tarjoaa eväitä vallitsevien diskurssien perkaamiseen. Lukutapa ammentaa feministisen jälkistrukturalismin tutkimusperinteestä, jonka piirissä on kehitelty ja jatkosovellettu sekä Foucault'n että Jacques Derridan ajatuksia ja kyseenalaistettu yksi ainoa oikea todellisuus jonakin pysyvänä, olemukseltaan tietynlaisena ja ehdottomana. Kun todellisuus tai todellisuudet nähdään tuotettuina, ne ovat myös jotain, mitä voi muuttaa ja tässä piileekin juuri diskursiivis-dekonstruktiivisen lukutavan voima – sen avulla voidaan osoittaa erontekojen epäluonnollisuus ja ristiriidat ja näin tunnistaa muutoksen mahdollisuudet. (Brunila & Ikävalko 2012, 286.)

Diskursiivis-dekonstruktiivinen lukutapa pureutuu vallan toimintaan, tiedon ja vallan sekä vallan ja toimijuuden väliseen suhteeseen. Lukutavan avulla voi tarkastella sitä, kuinka yhteiskunnalliset valtasuhteet toimivat ja kuinka ihmiset toimivat osana niitä sekä sitä, millaisiksi subjektien toimintamahdollisuudet muotoutuvat diskurssin puitteissa. (Brunila & Ikävalko 2012, 285, 297.) Haluankin pureutua opiskelun osalta juuri näihin diskurssien seurauksiin. Luen korkeakouluopiskelijoiden tarinoista oletettuja vastakohtia, joille ajatus hyvästä opiskelijasta perustuu (vrt. Guttorm ym. 2014, 122). Näitä vastakohtia olen jäljittänyt kiinnittämällä huomiota opiskelijaa koskevien kehotusten ja näiden jälkien (ks. Jackson & Mazzei 2012, 21) maalaamaan kuvaan opiskeluelämän arvostuksista – siitä, millaista on toivottava ja ”hyvä” opiskelu sekä millaista on joko julkilausuttu tai rivien väliin jäävä ”huono” opiskelu. Brunila ja Ikävalko (2012, 291) kehottavat diskursiivis-dekonstruktiivista analyysia sovellettaessa kiinnittämään huomiota myös hiljaisuuksiin ja poissaoloihin eli siihen, mitä ei sanota. He toteavat Derridaan tukeutuen näiden vastinparien olevan ongelmallisia siksi, että ne ovat aina väkivaltaisia. Niiden kantama pysyvyyden ja luonnollisuuden illuusio saavutetaan aina vastinparin ”väärän” puoliskon kustannuksella. (Mt., 289.)

Bacchi ja Bonham (2014, 176) eivät näe Foucault'n nykypäivän historian paljastavan mitään tai tarjoavan syvempää ymmärrystä "todellisuudesta". He eivät siis ajattele, että tutkimuksella voidaan saavuttaa tietoa maailmasta, tietoa, joka odottaa löytämistään puhtaana ja valmiina, vaan jälkistrukturalismin hengessä, todellisuus on jotain, joka tuotetaan ajassa ja paikassa, joka muotoutuu historiallisesti. Todellisuus ja tieto ovat poliittisia, kuten myös niitä tarkasteleva tutkimus. Totuuden löytämisen ja paljastusten sijaan ajattelen korkeakoulutusta ja mielenterveyttä sekä opiskelijaa näiden näkökulmien ja käsitteiden kanssa, jonka seurauksena tuotan tietynlaista tietoa näistä asioista ja avaan tietynlaisia näköaloja ja toiminnan mahdollisuuksia. Sara Millsin (1995, 39, Vuoren 2001, 85 mukaan) esittämää feministisen tekstintutkimuksen tavoitetta mukaillen on näytettävä tietoisesti se, mikä vaikuttaa itsestään selvästi neutraalilta ja normaalilta, sekä tehdä tavanomainen oudoksi. Näin voi saada lukijat tutkimaan elämäänsä tunnistetun vallan muodon¹² valossa (mt.).

Mielenterveyden häiriöt, tai sellaisiksi nimetyt, voivat tahdittaa ihmisten elämää voimakkaastikin ja saattavat kietoutua henkilöhistoriaan ja aivotoimintaan. En pyyhi näitä kytköksiä pois, vaan keskityn toisenlaiseen näkökulmaan. Jollain muulla näkökulmalla olisin lukenut aineistosta eri asioita. Nyt esimerkiksi kiinnostavat ja aineiston kannalta herkulliset affektin ja kyvykkyyshanteiden (ks. ableismi) käsitteet jäivät vain sivuhuomioksi. Näihin liittyvää tutkimusta korkeakouluopiskelijoiden mielenterveydestä käydyn keskustelun osalta olisikin suotavaa toteuttaa jatkossa.

Tarinoiden lukemisen ja jäsentelyn vaiheista

Aloitin tarinoiden¹³ läpikäymisen lukemalla ne ensin kerran läpi ja sitten kirjaamalla niihin teorian tarjoamia käsitteitä jatkotyöskentelyä varten. Jaottelin tarinoita näkökulman yksilökeskeisyyden, elämänhallinnan eetoksen, psy-diskurssin, sosioekonomisten puitteiden huomioon otamisen sekä tarinatyyppeihin (kuten "vaikeuksien kautta voittoon", "ylisuorittaja uupuu") mukaan. Luin tarinoista lisäksi vastarinnan paikkoja, joiden nimeäminen edellytti myös sen tunnistamista, mitä vastustetaan. Ne

¹² Mills puhui tässä kohdin sukupuolesta.

¹³ Kutsun aineistoni kirjoituksia vaihtelevasti kertomuksiksi, tarinoiksi tai teksteiksi. Kertomuksilla ja tarinoilla en viittaa narratiiviseen tutkimukseen vaan siihen, että kirjoituskutsussa pyydetään tarinoita ja kirjoitukset on julkaistu tarinanimikkeellä. Teksti toimii teknisenä terminä ja viittaa tässä kielelliseen kirjoitettuun tuotteeseen (Vuori 2001, 81).

ovat kohtia, joissa haastetaan jotain: suorituskeskeisyyttä, normeja, käsitystä normaalista.

Tänään värikoodasin loput tarinoista. Mistäköhän se kertoo, että heti kun aloitan niiden läpikäymisen ja koko sen ajan, kun niitä luen, mun kroppa yrittää sammuttaa itsensä. Joudun aivan välittömästi sellaisen raskaan väsymyksen valtaan ja tuntuu, että virta vaan sammuu. Pidin yhden tauon, jonka aikana söin muroja ja siivosin vessan. Tämän ajan olin ihan semivirkeä mutta sitten taas tarinoiden äärellä olin aivan nuupahtanut. [...] En tiedä johtuuko tämä tästä työvaiheesta, että tää nyt vaan on puuroinen, vai olisinko innostuneempi jostain toisesta aineistosta?

(JdSG, gradupäiväkirjamerkintä 7.2.2019.)

Aineiston lukemista voi ajatella vuorovaikutuksena, johon liittyy myös affektiivisia ja kehollisia prosesseja (Simola 2010, 110). Joskus ”virallisen” aineiston kanssa työskentely voi olla hyvinkin tahmeaa. St. Pierre (2018, 606) kirjoittaa, kuinka haastatteluaineiston ja kenttämuistiinpanojen työstäminen virkkeiksi oli hidasta ja raskasta. ”Virallisen” aineiston läpikäynti oli myös minulle raskassoutuista. Yllätyin siitä, kuinka reagoin tarina-aineiston läpikäymiseen. Tuntui siltä, että *kehomieleni* yritti sammuttaa itsensä heti, kun ryhdyin käsittelemään aineistoa. Ja sitten aina, kun olin sormet näppäimistöllä joko pelkän muistini varassa tai teoreettisen ajattelukumppanin (eli jonkun lähdetekstin) kanssa, tekeminen sujui kuin siivillä: ajatukset liikkuiivat ja päätyivät yllättäviin paikkoihin, tekstiä syntyi.

Seuraava askel aineiston käsittelyssä oli minulle affektiivisella tasolla kevyempi, vaikkakin työläs. Tarkastellakseni sitä, *miten opiskelijan ihannesubjektia tuotetaan kertomuksissa* luin tarinoita uudestaan läpi ja kysyin niiltä: *millainen opiskelijan tulisi olla tekstien mukaan? Mikä on epätoivottavaa, ongelmallista ja mikä toivottavaa ja tavoittelemisen arvoista? Miten kohdatut ongelmat määritellään ja ratkaistaan?* Kirjoitin näiden kysymysten pohjalta koosteen, joka oli jäsennelty tarinoissa esiintyviin ongelmiin ja opiskelijoiden niille hahmottelemiin ratkaisuihin. Näistä muotoutui jako koulutuspolun katkoihin, viivästyksiin ja mutkiin; sosiaalisiin tilanteisiin, joihin lukeutui esiintymis- ja sosiaalisten tilanteiden jännitys, epävarmuus uusissa tilanteissa ja yksinäisyys; ajanhallintaan; opiskelijaelämän vaatimuksiin ja opinnoissa jaksamiseen; sekä mielenterveyden häiriöihin. Ryhmittelin lainauksia tarinoista näiden ongelmatyyppien ja niitä vastaavien ratkaisujen alle. Alla on ongelma

ja ratkaisu -jäsenyyksen runko. Siinä olevissa lainauksissa kiteytyy kyseisen osion lainausten henki.

1 Koulutuspolkku

1.1 Ongelma: *oliko valitsemani suunta sittenkään oikea?*

1.2 Ratkaisu: *Joskus oma paikka löytyy vain kokeilemalla, ehkä jopa monen mutkan kautta*

2 Sosiaaliset tilanteet

2.1 Ongelma: *Epävarmuuden tunne vaivaa ajoittain meitä kaikkia*

2.2 Ratkaisu: *olla niin aktiivinen kuin suinkin vain jaksat*

3 Elämänhallinta

3.1 Ongelma: *Miksi itseä on niin mielettömän vaikeaa saada niskasta kiinni?*

3.2 Ratkaisu: *ero epäonnistujan ja prokrastinoijan välillä on kyky aloittaa, lopulta*

4 Opiskelijaelämän vaatimukset

4.1 Ongelma: suorituspainotteisen yhteiskunnan uupumisoravanpyörä

4.2 Ratkaisu: *Muista pitää itsestäsi huolta*

5 Mielenterveyden häiriöt

5.1 Ongelma: *mieleni ei enää kestänyt opiskeluiden aiheuttamaa painetta*

5.2 Ratkaisu: [...] *diagnoosi ei ollut maailmanloppu vaan pikemminkin alku kuntoutumiselle*

Lukiessani tarinoista ongelmia ja ratkaisuja konstruoin samalla hahmotelmaa opiskelijan ihannesubjektista ja sen vastinparista lukemalla teksteistä, mikä niissä asettuu myönteiseksi ja tavoiteltavaksi opiskelijan toiminnaksi ja ominaisuudeksi ja mikä epätoivottavaksi. Näitä ei aina suoraan sanota, vaan ihanne on luettavissa siitä, mitä vältellään. Sen, mikä nimetään huonoksi, voi ajatella kertovan siitä, mitä ihaillaan tai mitä kohti tulisi pyrkiä.

Vaikka edellä kuvaamani aineiston käsittelyn ja analyysin askeleet vaikuttavat nyt verrattain suoraviivaisilta ja prosessuaalisilta, voin vakuuttaa, että sitä ne eivät ole olleet. Kuten sanoin tutkimusmenetelmäluvun alussa, metodologia on helposti jälkikäteen päälle liimattu kyhäelmä tutkimusprosessista. Olen lukenut teoriaa ja aineistoa lomittain. Ne ovat keskustelleet keskenään aivan alusta asti. Olen myös kirjoittanut niistä vuorotellen, aina palaten toisesta toiseen ja takaisin. Vaikken ole välillä tiennyt mitä olen tekemässä saatikka minne olen menossa, olen yrittänyt pysyä liikkeessä, kuten St. Pierre kehottaa:

20.–21.2.2019 Becoming gradu

Niin hyvät työpäivät, että unohdan kirjoittaa päiväkirjaa. Vaikka mulla oli jo puolenpäivän jälkeen menoa eilen, sain silti tehtyä useamman tunnin tarinajäsennyksen auki kirjoittamista aamupäivällä. Kira [kissa] on nyt herätelly mua seiskan jälkeen, ni oon päässy aloittamaan hommat jo ysin aikoihin. On tuntunut tosi hyvältä. Ja on ollut aika helppoa keskittyä. [...] Mulle ei oo nyt lähiaikoina tullut mitään psykosomaattisia oireita työpäivän aikana. Ehkä oon tässä lämmennyt hommiin. Ja ehkä tämä gradutekemisen suojaaminen muita asioita karsimalla on auttanut. On tosi ok vaan keskittyä tähän. Ja elää silleen hetkessä, et vaikka en oikein tiedä mitä oon tekemässä ton aineistojäsennyksen kanssa, ni ei mun tarviikkaan just nyt tietää. Teen jotain ja se ehkä johtaa johonkin ja se taas johonkin. Asiat muotoutuu tässä matkan varrella. Mun gradu on tulemisen tilassa.

(JdSG, gradupäiväkirjamerkintä 21.2.2019.)

Thus, the post qualitative inquirer does not know what to do first and then next and next. There is no recipe, no process. This is truly experimental inquiry—attending to the surprises that point to difference and refusing the impoverished answers we've given to the questions the world has posed. If one has read and read, one cannot not put theory to work—it will happen. The post qualitative inquirer who has prepared herself must trust herself and do the next thing, whatever it is—to experiment—and to keep moving.

(St. Pierre 2018, 604.)

Valta ja subjekti

Avaan tässä luvussa tutkimukselleni keskeisiä vallan ja subjektin käsitteitä. Esittelen alla eri näkökulmia valtaan. Kurivallan kautta olen käsitteellistänyt opiskelusta ja itsen työstämisestä lukemaani itsekuria, kun taas kontrollivallan avulla katson itseapupalveluita. Hallinta on puolestaan tarjonnut näkökulman käyttäytymisen ja ajattelun ohjauksen diskursiivisiin käytäntöihin. Sen avulla hahmotan opiskelijoiden mielenterveyskeskustelun kontekstia seuraavissa kahdessa pääluvussa, joista ensimmäinen käsittelee uusliberalistista hallintaa korkeakoulutuksessa ja toinen psykologista hallintaa yleisemmin.

Vaikka valtakäsitykseni ja siihen kietoutuva subjektin käsite tulevat tutkimukseeni Foucault'ta, ajattelen subjektifikaatiota erityisesti feminististen tutkijoiden kanssa sillä juuri he ovat tarkastelleet sitä, kuinka valta toimii subjektien itseymmärryksen ja toiminnan tasolla (ks. esim. Ikävalko 2016; Kurki & Brunila 2014; Naskali 2010a; Niemi & Mietola 2017; Ylöstalo 2014). Otan keskusteluun muun muassa Foucault'n subjektifikaation käsitettä edelleen kehitelleen Judith Butlerin (1995a, 1995b, 1997, 2006) ja Butlerin teoretisointeja empiirisen aineiston kanssa hyödyntäneen Bronwyn Daviesin (2000; 2004; 2006; Davies & Bansel 2005; Davies ym. 2001) sekä jälkistrukturalistisen feminismiä näkökulmia ja käsitteitä koulutuksen kentällä tarkastelleen Elizabeth Adams St. Pierren (2000; St. Pierre & Pillow 2000).

Kurivallasta kontrolliin

Valta – tuttu sana, jonka merkitys on monille selvä. Eikö valta tarkoita sitä, että joku päättää jostain? Että joku voi saada jonkun toisen tekemään jotain? Valta on jollain, joku käyttää valtaa. Vallan käsitteestä tulee monimutkaisempi, kun se siirretään arkikeskustelusta yhteiskuntatieteiden pariin. Entistä mutkikkaammaksi se muuttuu, kun otamme Foucault'n valta-analytiikan käyttöömme. Tässä kohtaa arkiset jäsenyykset vallasta jäävät kauas taakse: sitä ”jotakuta” vallan takana ei enää voi yhtä yksiselitteisesti tunnistaa ja nimetä. Vallalla kun ei Foucault'n mukaan ole tekijää tai alkuperää eikä se ole kenenkään omaisuutta. Kohde sen sijaan voidaan nimetä, mutta ei sekään simppeleä ole, sillä kohde on samalla vallan harjoittaja. Valta myös tavataan käsittää negatiivisena, sen seuraukset vallan kohteille kielteisinä. Valta sekoittuu tässä pakottamisen ajatukseen ja valtaa omaavan intressejä palvelemaan toimintaan, joka

toteutuu vallankäytön kohteiden kustannuksella. Foucault'n jäsennyksessä valta on kaikkialla ja se on tuottavaa. Se voi tuottaa yhtä lailla myönteisiä kuin negatiivisiakin asioita. (Foucault 2005, 265; 2010, 64–74.) Valta palvelee aina jotain intressejä, mutta nämä eivät ole kenenkään yksilön tarkoitusperiä, vaan ennemminkin käytäntöihin sisältyviä päämääriä (Alhanen 2011, 123, 195; Foucault 2010a, 73).

Foucault on hahmotellut empiirisen aineiston kanssa eri historiallisille aikakausille tavanomaisia vallan muotoja. Näitä ovat esimodernin ajan suvereeni valta, eli hallitsijan valta sekä modernin ajan kurivalta ja biovalta, joissa valta ei enää suoranaisesti suuntaudu ylhäältä alas, vaan se paikantuu ihmiselämän käytäntöihin ja tulee niissä tuotetuksi. (Ikävalko 2016, 64.) Kurivalta viittaa kurinpidon tekniikoihin, joilla yksilöistä ja heidän ruumiistaan tehdään kurinalaisia erilaisissa instituutioissa, kuten koulussa, tehtaassa, armeijassa, vankilassa tai mielisairaalassa. Nämä tekniikat tähtäävät siis tietyn ruumiillisen toiminnan jalostamiseen, tiettyjen asentojen, liikkeiden ja puhetapojen tuottamiseen ja toisten kitkemiseen. (Foucault 2005; Ikävalko 2016, 65.) Kuriyhteiskunta pyrki organisoimaan tuotantoa ja järjestämään elämää siinä, missä sitä edeltänyt suvereniteetti yhteiskunta anasti tuottajilta ja päätti kuolemasta (Deleuze 2005, 118). Kurivallan kohteena ovat yksilöt ja se toteutuu paikallisissa käytännöissä, kun taas biovallan käsitteen kautta voi hahmottaa massojen hallintaa. Esimerkiksi väestön tasolla tehdyt syntyvyys, kansanterveyttä tai vaikka työllisyyttä koskevat linjaukset ja toimenpiteet ilmentävät biovaltaa. (Holvas & Vähämäki 2005, 114; Ikävalko 2016, 65; Virtanen 2005, 165.)

Foucault kirjoittaa teoksessaan *Tarkkailla ja rangaista* (2005) siitä, kuinka valta perinteisesti ymmärretään näkyvänä mutta sen kohteet voivat olla näkymättömiä. Valta tulee näkyväksi sen osoituksen kautta (kuten teoksen alussa kuvattu suvereenin vallan näyte teloitus kiduttamalla) ja vallan kohde tulee näkyväksi ainoastaan sillä hetkellä, kun hän joutuu näyttelemään roolinsa (tuomittu) rangaistusnäytelmässä. Tämä eroaa merkittävästi kurivallasta, joka puolestaan toimii näkymättömyyden turvin. Siinä asetelma kääntyy pääläelleen: valta on näkymätöntä mutta sen kohteet näkyviä. Foucault'n esittelee filosofi ja juristi Jeremy Benthamin (1748–1832) Panopticonin havainnollistavana esimerkkinä tästä. Kehämäinen vankila, jossa keskusvalvontatornista näkee kaikkiin selleihin, mutta selleistä ei näe vartiotorniin, edustaa kurivallalle ominaista alistettujen pakollista näkyvyyttä. Se on myös otollinen

kuvastamaan sitä, kuinka vallan kohteet sisäistävät vallan ja tulevat kurinalaisiksi yksilöiksi. Kun vartijaa ei näe, kun ei tiedä, milloin vankitornissa on joku, mutta ainoa varmuus on se, että vanki voi milloin tahansa tulla nähdyksi, kohdistaa vanki itseensä kurinpidon toimet. (Foucault 2005, 273–275.) Kuten Foucault (2005, 255) sen itse sanoittaa: ”Juuri se, että kuriin alistettu yksilö nähdään ja voidaan nähdä koko ajan, pysyttää hänet tässä alistussuhteessa.” Panopticon ei kuitenkaan ole pelkkä vankilan arkkitehtoninen suunnitelma, vaan se on Foucault’n (2005, 280) mukaan yleistettävä toimintamalli, ”poliittisen teknologian kuvio”.

Tämä vankilan, koulun, sairaalan, armeijan ja tehtaan kaltaisille instituutioille ominainen kurivalta ei ole kuitenkaan yksinään riittävä näkökulma kuvaamaan nykyistä talouden läpeensä kyllästämiä ihmiselämää. Toinen ranskalainen filosofi, Gilles Deleuze, hahmottelee artikkelissaan *Jälkikirjoitus kontrolliyhteiskuntaan* (2005) siirtymää kuriyhteiskunnasta kontrolliyhteiskuntaan, jossa valta ei enää pitäydy edellä mainittujen suljettujen ja tarkkarajaisten instituutioiden sisällä vaan se levittäytyy kaikkialle. Vallan on korvannut kontrolli, joka ei kohdistu yksilöön ja hänen ruumiiseensa sekä tiettyyn toimintaan vaan toiminnan mahdollisuuksiin (Vähämäki 2005, 12). Aleksi Virtanen (2005, 165) kutsuu tätä vallan muotoa mielivallaksi, joka – erotuksena kurivaltaan ja biovaltaan, jotka kohdistuivat ruumiisiin ja ihmisväestöön tietyssä tilassa¹⁴ ja ajassa – suuntautuu ”ihmisenä olemisen ja toimimisen yleisiin edellytyksiin”. Siinä ei siis säädellä jotain spesifiä toimintaa ja tiettyjä tekoja vaan siinä viritetään ”mielialoja, odotuksia ja oikeaa asennetta”. Virtasen mukaan olemme siis siirtyneet ruumiin tapojen ja väestön kontrolloimisesta mielen tapojen kontrolloimiseen. (Mt.)

Ei voi kuitenkaan puhua selkeästä siirtymisestä kurivallasta kontrolliyhteiskuntaan, vaan niiden päällekkäisyydestä ja samanaikaisuudesta. Kuriyhteiskunnan toimintatavat elävät yhä monenlaisissa käytännöissä. Kuri ei kontrolliyhteiskunnan aikana löysty, vaan se leviää ja löytää monipuolisempia tapoja hallita. Kontrollivalta menee syvemmälle ja ulottuu laajemmalle. (Brunila & Mononen-Batista Costa 2010, 217–218; Deleuze 2005.) Kontrolli ei perustu lakeihin ja virallisiin sääntöihin, kuten kurivalta, vaan se nojaa yleiseen mielipiteeseen ja moraaliin ja siksi kommunikaatio on

¹⁴ Tämä tila viittaa kurivallan tapauksessa suljettuun tilaan, kuten jokin instituutio, kun taas biovallan osalta kyse on avoimesta tilasta, jonka rajat muodostaa valtio (Virtanen 2005, 165).

yksi sen tärkeimmistä välineistä. Mielivallan kontrollimuodot eivät toimi estojen ja rajoitteiden kautta vaan ne ovat ”käyttäjäystävällisiä”, ne tukevat ilmaisua ja vaativat kommunikoimaan. (Holvas & Vähämäki 2005, 115.) Deleuzen (2005, 119) mukaan käynnissä on yleinen suljettujen tilojen kriisi, jossa kaikki sisätilat vuotavat haastaen niiden tutut ja turvalliset ulkorajat. Esimerkkinä siirtymästä kontrolliin Jussi Vähämäki (2005) mainitsee Deleuzen tekstien suomennoksia koostavan *Haastatteluja*-teoksen esipuheessa, kuinka sairaanhoito laajenee avohoidon ja itsehoidon käytäntöihin. Tutkimukselleni relevantti vertaus voisi olla ero psykiatrisen sairaalan ja nykyisten verkossa toimivien itseapua tarjoavien mielenterveyspalveluiden välillä.

Psykiatrinen sairaala on rajattu tila, jonne tuotujen yksilöiden kehoja hallinnoidaan hyvin tarkasti. Tällaista ”suljetun tilan ideaaliprojektia”, jossa toiminta on keskitettyä, tilassa jaettua ja ajassa järjestettyä (Deleuze 2005, 118), on mielekästä jäsentää kurivallan käsitteen kautta. Verkossa tarjotut itseapumateriaalit puolestaan eivät sijoitu tarkkarajaiseen tilaan eikä niiden kohteena ole tietty yksilö ja ruumis. Tätä palvelumuotoa kuvaa paremminkin kontrollivallalle ominainen toiminnan hajautuminen sekä riippumattomuus tilasta ja ajasta. Se on levittäytynyt kaikkialle: palvelua voi käyttää mistä tahansa, milloin tahansa.

Samalla kun suljetut instituutiot avautuvat, niiden toiminnan rakenteet ja olemassaolon oikeutus muuttuvat (Vähämäki 2005, 11). Instituutioiden toiminnalle pitää keksiä uusia perusteita ja intervention alueita. Toiminta muuttuu täsmällisestä ja rajatusta interventiosta yleiseksi ja epämääräiseksi elämään puuttumiseksi. Sairaalassa vaiva hoidetaan operaatioin ja lääkkein mutta kaikkialle elämän aikaan ja tilaan levittäytyvissä verkkopalveluissa voi kukin itse perehtyä itsehoidon menetelmiin ja harjoittaa kaikenlaista sairastumista ennaltaehkäisevää toimintaa, kuten ruokavalion ja unen säätelyä. Sairauden ja terveyden ero hämärtyy ja yhä useampi asia luokitellaan sairauden piiriin (ks. esim. Rimke & Brock 2012). Vähämäki (2005, 11–12) esittää, että ”jos nämä suljetut instituutiot olivat aikaisemmin muotteja, joissa niihin joutuneelle ihmiselle valettiin määrätty identiteetti, niin nyt ne vain varioivat tai moduloivat yksilöitä ja heidän tekojaan”. Entinen potilas on nykyinen asiakas, jolle on tarjolla kustannustehokas itsepalveluvaihtoehto (mt.).

Deleuze (2005, 119) huomauttaa ettei ole mielekästä kysyä kumpi on ankarampi, kurivalta vai kontrolli, sillä ”kummassakin vapaudet ja alistamiset sekoittuvat

toisiinsa”. Instituutioiden avautuminen ja uudenlaiset palvelumuodot voivat Deleuzen mukaan merkitä uusia vapauksia, mutta niissä myös osallistutaan kontrollimekanismeihin kurivallan kuvioista poikkeavalla tavalla (mt.). Edellä esimerkkinä käyttämiäni mielenterveyden itseapupalveluita voi kyllä tulkita kurivallan kautta siinä, että ne ohjaavat tietynlaiseen kurinalaiseen elämään, ne antavat ohjeita nukkumiseen, ajanhallintaan, ruokatottumuksiin, sosiaalisiin suhteisiin, mutta ne eivät muodosta samanlaista instituution toimesta välittömästi ruumiiseen kohdistuvaa sääntöjen ja rutiinien tekniikkaa, kuten psykiatriisessa sairaalassa. Ne pitää ottaa itse käyttöön. Niitä pitää kohdistaa itse. Itseapu on kontrollimekanismeihin osallistumisen mallimesimerkki.

Foucault’n ajattelua on kehitelty hallinnan analytiikaksi kutsutun yhteiskuntatieteellisen tutkimussuuntauksen parissa (Kaisto & Pyykkönen 2010, 7). Alhanen erottelee Deleuzea seuraten voiman ja vallan käsitteet helpottaakseen Foucault’n valtakäsityksen hahmottamista. Voima (*force*) tarkoittaa ihmisten erilaisia kykyjä ja valta (*pouvoir*) puolestaan viittaa näiden voimien suuntaamiseen kohti joitain päämääriä. Valta on siis pyrkimys hallita voimia. Alhanen erottaa myös valtasuhteet ja hallinnan toisistaan. Valtasuhde viittaa toiminnan, eli voimien, ohjaamiseen tiettyjen päämäärien mukaisesti, kun taas hallinta voidaan nähdä käytännöissä muodostuneeksi vakiintuneeksi vallankäytöksi. (Alhanen 2011, 119–124.)

Hallinnan analytiikan avulla voi muun muassa tutkia tämän hallinnaksi vakiintuneen vallankäytön tavoitteita, keinoja ja välineitä. Tämä tutkimussuuntaus tarjoaa näkökulmia, joiden kautta voidaan tarkastella yhteiskunnallisia strategioita ja ohjelmia, joilla pyritään vaikuttamaan ihmisten käyttäytymiseen; tietoa, johon perustuen tätä ihmiselämän ohjailua toteutetaan; itseymmärryksen tapoja, joita on tarjolla ja joita ihmiset ottavat itse käyttöön; sekä hallinnan tavoitteita. (Miller & Rose 2008, Kaiston & Pyykkösen 2010, 7 mukaan.) Foucault (1997, 225) tutki *hulluutta* näyttääkseen minkälaisia yksilöiden hallinnan muotoja psykiatrian diskurssi teki mahdolliseksi mielisairaaloiden sisällä ja niiden ulkopuolella. Hän kutsuu dominoinnin tekniikoiden (yksilöön ulkoa suunnatun hallinnan keinot) ja minätekniologioiden (yksilön itseensä kohdistaman hallinnan keinot) kohtaamista hallintamentaliteetiksi (mt.).

Foucault ei vastustanut hallintaa ylipäänsä, vain "keskitettyä, yksilöivää ja normalisoivaa" hallintaa, koska se hänen mukaansa "ulottuu subjektivoitumisen ydinalueelle" ja rajoittaa ihmisten ajattelua ja vapautta (Alhanen 2011, 196). Johanna Oksalan (2011, 93) mukaan Foucault'n valta-analytiikan tarkoituksena on hahmottaa meihin kohdistuneita historiallisesti muodostuneita rajoitteita, mutta se toimii myös näiden rajojen muokkaamisen ja ylittämisen kokeiluna. Valta kantaa mukanaan aina myös vastarinnan pesäkkeitä (Foucault 2005; Ikävalko 2016; Oksala 2011). Foucault (2005, 74) kutsuu näitä valtasuhteiden toiseksi puoleksi, niiden vastinpariksi. Vastarinta on olemassa valtasuhteiden kentässä, eikä vallan ulkopuolisia vastarinnan paikkoja ole (mt.). Vallan verkoston ulkopuolelle ei siis voi astua, mutta sen sisällä on aina mahdollisuus ajatella ja olla toisin. Vastarinta, kuten valtakaa, ei ole yksinkertaisesti tunnistettavissa. Se ei ole vain kapina tai vallankumous, kieltäytyminen tai vastalause, vaan se voi ilmetä hyvin moninaisena (mt.). Esimerkiksi Ikävalko (2016) jäsentää väitöstutkimuksessaan tasa-arvotyöryhmissä esiintynyttä vaikenemista vastarintana.

Oksala (2011, 93) muistuttaa, että vapaus ei tarkoita sitä, että mikä tahansa olisi mahdollista. Myöskään se, miten asiat nyt ovat, ei ole niiden välttämätön tila. Vapaus viittaa siis rakenteiden ja rajoitteiden kontingenssiin, siihen että ne ovat monen sattumanvaraisen tapahtuman kautta historiallisesti muotoutuneet tietynlaisiksi mutta ne olisivat voineet muotoutua myös toisin (mt.). Vapauden voi myös käsittää hallinnan keinona. Vapaus toimii yhtenä hallinnan perusteluna. Se asetetaan tavoitteeksi subjekteille mutta se, mitä vapaus kulloinkin tarkoittaa, millainen on vapaa ihminen ja miten vapautta harjoitetaan, voi olla hyvinkin kapeasti määritelty. Ihmiset eivät ole lähtökohtaisesti vapaita vaan heidät tehdään vapaiksi erilaisten käytäntöjen kautta. (Rose 1999, 61–97, Kaiston & Pyykkösen 2010, 11–12 mukaan). Itseä myös määritellään ja ohjataan tietyn vapauskäsityksen puitteissa (Kaisto & Pyykkönen 2010, 12).

Monet feministiset tutkijat (ks. esim. Davies ym. 2001; Ikävalko 2016; Kurki 2018; O'Flynn & Petersen 2007) ovat käsitteellistäneet subjektifikaation avulla sitä, kuinka valtasuhteissa tullaan subjekteiksi eli kuinka hallinnan piirissä olevat alkavat itse haluta suoriutua oikein tai alkavat vastustaa suoriutumisen vaateita (Ikävalko 2016, 71). Subjektifikaation käsitteen kautta voi hahmottaa subjektin toiminnan ja

tietämisen mahdollisuuksia ja sitä, miten nämä mahdollisuudet muotoutuvat. Subjektifikaation käsitteen käyttö hallinnan käsitteen rinnalla mahdollistaa toimijuuden huomioimisen ”ilman rakenteiden ja toimijoiden välistä dikotomista asetelmaa”. (Mt., 62.) Sen avulla on mahdollista tarkastella yksilöiden toimintaa huomioiden samalla sen, kuinka käytännöt muovaavat yksilöiden haluja ja käsityksiä (mt.). Seuraavaksi pureudun tähän käsitteeseen syvemmin, ammentaen Foucault’n ajattelusta sekä feminististen teoreetikkojen jäsennyksistä.

Subjektifikaatio

Foucault’laisittain vallasta ei voi puhua ilman tiedon ja subjektin käsitteitä. Foucault selventää vuonna 1982 julkaistussa tekstissään työnsä tavoitteita ja nimeää subjektin tuotantonsa yleiseksi teemaksi vallan sijaan. Hän ei ole pyrkinyt omien sanojensa mukaan analysoimaan valtaa vaan hänen tavoitteenaan on ollut muotoilla niiden tapojen historiaa, joilla ihmisistä tehdään subjekteja. Hänen työnsä on keskittynyt kolmeen subjektien objektivoinnin¹⁵ muotoon: Ihmis-subjektin asettaminen tieteellisen tiedon objektiksi, subjektin objektivointi jaottelevissa käytännöissä (*dividing practices*) sekä itsen tekeminen subjektiksi. (Foucault 2000, 326–327.)

Sekä hallinnan kohteet että näitä kohteita koskeva tieto tuotetaan diskursseissa. Tieteen piirissä valta ja tieto kytkeytyvät toisiinsa Foucault’n ajattelussa niin, että diskurssi, kuten mielenterveys, nimeää hallinnan kohteita eli niitä, joiden mielenterveyttä tulee varjella tai parantaa. Samalla tämän hallinnan kautta tuotetaan tietoa, kuten mielenterveyden häiriöiden luokituksia¹⁶, jonka varassa hallinta voi toimia. (Alhanen 2011, 196.) Jaottelevat käytännöt puolestaan viittaavat subjektien jaotteluun esimerkiksi *hulluiksi* ja *selväjärkisiksi*, *sairaiksi* ja *terveiksi* tai *rikollisiksi* ja *lainkuuliaisiksi*. Subjekti voi jakautua sisäisesti, eli omaksua itseään koskevat vaikkapa seksistiset, rasistiset tai ableistiset määritelmät, vaikka ei pitäisi niitä oikeutettuina tai ”tosina”, tai hänet voidaan erottaa tällä jaolla toisista (kuten epidemian kohdalla sairaat asetetaan karanteeniin tai rikolliset vankilaan). Viimeisin Foucault’n subjektien

¹⁵ Objektivointi tarkoittaa tässä ”tapoja tehdä jostain asiasta tai ilmiöstä ajattelun kohde” (Alhanen 2011, 21).

¹⁶ ks. Oulanne ym. 2014.

objektivoinnin muodoista on tämän tutkimuksen kannalta olennaisin: miten ihmiset tekevät itsestään jonkin, esimerkiksi mielenterveyden diskurssin, subjektin?

Sana subjekti on monimerkityksinen. Ranskaksi ja englanniksi sanoilla *sujet* ja *subject* on monia sekä arkisia että tieteenalakohtaisia käyttötarkoituksia. Suomeksi *subjekti* ei kuitenkaan ole kovin yleinen eikä varsinkaan arkikielinen, ja siksi se tuntuu vieraalta ja kolkolta. Esittelen tässä lyhyesti sen monia merkityksiä, jotta saisimme paremmin tuntumaa siihen, mitä tämä sana tekee Foucault'n ajattelussa. Foucault ei ole keksinyt subjekti-termin käyttöä filosofiassa, mutta teoksissaan hän käyttää sanaa monipuolisesti ja leikittelee sen merkityksillä.

Substantiivina subjekti voi olla *kohde*, *aihe* tai *asia*. Verbinä se *alistaa jonkun johonkin* tai *panee kärsimään*, mutta se merkitsee myös *jollekin alttiiksi joutumista*. Adjektiivina se on *alamainen*, jonkin – esimerkiksi määräysvallan tai lain – *alainen*, *altis*, *taipuvainen* tai *riippuvainen*. Subjekti voi siis olla *tutkimuskohde*, *kansalainen*, sen voi *panna vallan alle* tai *saattaa valtaansa* mutta kielitieteessä se on lauseenjäsennyksessä *tekijä* (Tieteen termipankki 2020c). Nämä kaikki eri käyttötarkoitukset saavat ilmaisunsa Foucault'n subjektissa. Englanniksi vuonna 1982 julkaistussa tekstissään *The Subject and Power* Foucault (2000, 331) kirjoittaa subjekti-sanasta seuraavasti:

This form of power that applies itself to immediate everyday life categorizes the individual, marks him by his own individuality, attaches him to his own identity, imposes a law of truth on him that he must recognize in him. It is a form of power that makes individuals subjects. There are two meanings of the word "subject": subject to someone else by control and dependence, and tied to his own identity by a conscience or self-knowledge. Both meanings suggest a form of power that subjugates and makes subject to.

Jälkistrukturalistisesta näkökulmasta katsottuna subjekti muodostuu diskursseissa ja kulttuurisissa käytännöissä (St. Pierre & Pillow 2000, 6; Youdell 2006a, 36). Esimerkiksi Butler (2006, 41) hyödyntää Foucault'n genealogiaa ja tarkastelee identiteettiä luokkia – kuten sukupuolta – instituutioiden, käytäntöjen ja diskurssien seurauksina. Subjekti ei ole kuitenkaan ennalta määrätty, ulkopuolisten voimien sanelema vaan Butlerin mukaan subjektin toimijuus piilee sen jatkuvassa muotoutumisessa. Se ei ole lähtökohta eikä lopputuote vaan loputtomasti avoin uudelleenmääräytymisen prosessi. (Butler 1995a, 47; St. Pierre & Pillow 2000, 6–7.)

Tuottava valta toimii diskurssien kautta ja ihmiset, jotka sattuvat näiden diskurssien verkkoon sotkeutuvat niissä velloviin valtasuhteisiin (Youdell 2011, 27).

Subjektiksi tulemisen prosessia kutsutaan subjektifikaatioksi. Diskurssin subjektiksi tullaan sisäistämällä sen piirissä oikeana ja toivottavana pidetyt toimintatavat ja tiedot (Ikävalko 2016, 72; ks. myös Foucault 2000; St. Pierre 2000). Subjektiksi tuleminen avaa mahdollisuuksia toimia tämän kyseisen diskurssin puitteissa. Esimerkiksi psydiskurssissa tulee tunnistetuksi subjektina, jos osaa käyttää tämän diskurssin tunnistamaa kieltä ja vedota sen tunnustamaan asiantuntijatietoon. Diagnoosin kautta subjekti tunnistetaan mielenterveyden lääketieteellisessä diskurssissa ja näin se mahdollistaa hoitoresurssien piiriin pääsemisen. Tämän diskurssin sisällä taituruus on valttia, sillä jos kuvailet vointiasi ja elämäsi väärin, et tule tunnistetuksi etkä välttämättä saa hoitoa.

Elämme monien diskursiivisten käytäntöjen risteyskohdissa. Nämä risteyvät voi käsitteellistää Daviesin mukaan subjektipositioiksi. Yksilö ei paikannu mihinkään yhteen pisteeseen vaan hän siirtyy paikasta ja positioista toiseen. Myös näiden positioiden merkitykset voivat muuttua ajan, paikan ja kontekstin myötä. Risteyskohtien lisäksi yksilön voidaan nähdä elävän myös niiden välisillä siirtymälinjoilla. Tämä ajatus yksilöstä eroaa merkittävästi humanistisesta ihmiskuvasta, jossa ihmisen sisäisen olemuksen nähdään pysyvän vakiona tilanteesta toiseen. (Davies 2000, 57; 2004, 7.)

Nämä subjektipositiot muovaavat osaltaan ihmisen subjektiviteettia, eli hänen käsitystään itsestään. Subjektiviteetti muodostuu vallan seurauksena. (Ikävalko 2016, 72–73.) Subjektipositiot eivät siis ole kiveen hakattuja, vaan ne ovat kontekstisidonnaisia ja muuttuvaisia. Koska ihminen paikantuu moniin eri positioihin, on hänen käsityksensä itsestään, eli subjektiviteetti, väistämättä ristiriitainen. (Davies 2000, 57; Ikävalko 2016, 73.) Tässä ristiriitaisuudessa ja subjektin moninaisessa paikantuneisuudessa piilee muutoksen mahdollisuus. Vaikka diskurssit ja kulttuuriset käytännöt säätelevät ja merkitsevät (*inscribe*) subjekteja, voi normalisoivia merkintöjä materiaalisine seurauksineen vastustaa siirtymällä ahtaasta diskurssista sellaisen piiriin, jossa muunlaiset lausumat ovat mahdollisia. (St. Pierre 2000, 503.) Esimerkiksi mielenterveysdiskurssissa asiakkaan (ent. potilaan) ja psykiatrin tai psykologin positiot eroavat merkittävästi toisistaan. Molemmat subjektipositiot ovat kuitenkin

olemassa ja varteenotettavia mielenterveyden kentässä. Henkiparantajalla ei puolestaan olisi pääsyä ainakaan lääketieteelliseen mielenterveyden diskurssiin, hän ei tulisi siinä tunnistetuksi, saati sitten kuulluksi. Toisaalta vaihtoehtoisten hoitomuotojen kentässä lääketieteellisen diskurssin ulossulkemat kokemuksen käsitteellistämisen tavat ja selitysmallit ja siten myös toisenlaiset keinot ovat mahdollisia.

Olemme tottuneet ymmärtämään vallan sen yhden ilmenemismuodon kautta: dominoivana, meille ulkoisena, tukalana. Se on jotain, jonka paine kohdistuu subjektin ulkopuolelta, joka alistaa ja karkottaa. Foucault'n ajattelun myötä tämä valta siirtyy ulkoa sisälle. Subjektin muotoutuminen onkin vallasta riippuvaista. Valta asettaa subjektin olemassaolon ehdot ja antaa sen haluille suunnan. Valta ei ole vain jotain, mitä vastustamme vaan se asuu meissä. Butlerin mukaan vallalle alistumisen prosessia kuvataan tavallisesti niin, että valta ottaa meidät otteeseensa ja sen puristuksen voimasta heikentyneenä sisäistämme tai hyväksymme sen ehdot. Tämä kuvaus jättää huomiotta sen, että tämän "meidän", jotka hyväksyvät nuo ehdot, olemassaolo on perustavanlaatuisesti riippuvainen noista ehdoista. Jokainen "me" tukeutuu diskursiivisiin ehtoihin, joiden puitteissa se on muotoutunut. (Butler 1997, 1–2.)

Subjektifikaatio tapahtuu juuri tässä paradoksaalisessa tilassa, jossa olemme perustavasti riippuvaisia diskurssista, jota emme ole valinneet, mutta josta toimijuutemme kumpuaa (Butler 1997, 1–2). Jonkin käytännön tai diskurssin taitaminen (*mastery*), se että osaa toimia sen edellyttämällä tavalla, kulkee käsi kädessä subjektifikaation kanssa. Mitä paremmin taitaa käytännön tai diskurssin edellyttämät puhumisen ja olemisen tavat, sitä täydellisemmin subjektifikaatio on saavutettu. Diskurssille alistuminen ja diskurssitaituruus¹⁷ tapahtuvat yhtäaikaaisesti. Mitä enemmän alistut, sitä enemmän saat keinoja vastustaa hallintaa. Jotta voi olla olemassa diskurssissa, tulla tunnistetuksi subjektina, tulee osata toimia sen mukaisesti. Alistuminen taituruutena, taituruus alistumisena, on siis subjektin olemassaolon ehto. (Mt., 116–117.)

¹⁷ ks. Brunila & Isopahkala-Bouret 2010.

[P]oststructuralism's double move in the construction of subjectivity: a subject that exhibits agency as it constructs itself by taking up available discourses and cultural practices and a subject that, at the same time, is subjected, forced into subjectivity by those same discourses and practices.

(St. Pierre 2000, 502.)

Keskeistä subjektin muotoutumisen kaksinkertaisessa alistumisen ja taituruuden prosessissa ovat vastavuoroiset tunnistamisen teot, joiden kautta subjektit suovat toisilleen validin subjektuuden statuksen. Subjekti tulee olevaksi tunnistamisen kautta. Butlerin mukaan toimija-subjekti kuitenkin kieltää tämän riippuvuutensa hänet tunnistaneesta toisesta. Tämä ei johdu refleksiivisyyden puutteesta vaan siitä, että autonomian illuusio on tarpeellinen, jotta voi tulla tunnistettavaksi ja varteenotettavaksi subjektiksi. (Davies 2006, 427.)

Wang (2019, 110) rinnastaa pakkohoidon ja vangitsemisen siinä, kuinka subjektin mahdollisuus kontrolloida elämäänsä ja kehoaan vähenee kummassakin tilanteessa merkittävästi. Molemmissa subjekti on henkilökunnan ja laitoksen käytäntöjen armoilla ja kumpikin edellyttää tietyn käyttäytymisen omaksumista tai harjoittamista, jotta voi saada etuoikeuksia ja lopulta päästä vapaaksi. Riittävästi normin mukainen olemisen tapa on siis avain *vapauteen*. Tässä esimerkissä konkretisoituu se, mikä Butlerin mukaan on osa minkä tahansa diskurssin subjektiksi tulemistä. Jotta voimme saada etuoikeuksia ja enemmän toiminnan mahdollisuuksia, meidän on ensin asetuttava kyseisessä diskurssissa tarjolla olevaan subjektipositioon. Meidän on omaksuttava se, minkälaista käyttäytymistä, puhetta ja makua kyseisessä diskurssissa odotetaan ja arvostetaan: vain näin voimme tulla tunnistetuiksi ja siten toimintakykyisiksi siinä. Vankilasta pääsee pois vain pelaamalla vankilan säännöillä. Psykiatrisesta sairaalasta poistuminen edellyttää tietyn toimintakyvyn, normaaliuden, performointia.

Ymmärrettäessä koulutus subjektifikaation paikkana voidaan nähdä, kuinka subjektit rakentuvat osana valtasuhteita ja kuinka koulutus tarjoaa sekä mahdollisuuksia että rajoitteita, joiden kautta opiskelijat puhutaan oleviksi ja joiden kautta he puhuvat itsensä ja toisensa oleviksi (O'Flynn & Petersen 2007, 459–460). Oppimalla haluamaan sitä, mitä kuuluukin haluta, vahvistetaan samalla käsityksiä normaalista ja tavoittelemisen arvoisista asioista. Vallan muoto toimii juuri näin halujemme kautta.

Se hienovaraisesti johdattelee meidät kurkottamaan kohti tiettyjä asioita. (Brunila & Mononen-Batista Costa 2010, 219.) Hallinta ei kuitenkaan määritä suoraviivaisesti, millaiseksi subjektit tulevat – se voi aina saada uusia muotoja tiloissa ja tilanteissa, jotka tarjoavat puitteet vallitsevien diskurssien rajojen venyttämiseen (Ylöstalo 2014, 7).

Korkeakoulutus ja uusliberalistinen hallinta

Yliopisto ja korkeakoulutus ylipäättään ovat olleen kovan paineen alaisena jo pidemmän aikaa. Taloudelliset imperatiivit ja kansainvälinen kilpailu ovat tahdittaneet koulutusuudistuksia ja tulostavastuullisuudesta on tullut arkipäivää. (Naskali 2010a, 72; Ylöstalo 2014, 5; ks. myös Filander 2016; Jauhiainen 2011; Liesner 2006.) Perinteiset akateemisen toiminnan ihanteet yliopiston autonomiasta ja ajattelun vapaudesta ovat joutuneet ahtaalle markkinalogiikan arvojen vallatessa alaa (Filander 2016). Päivi Naskali (2010a, 72) näkee näiden korkeakoulutukseen kohdistuvien odotusten ja vaatimusten taustalla yhteiskunnallisen ja taloudellisen muutoksen. Muiden tutkijoiden jalanjalkia seuraten pyrin ymmärtämään tätä korkeakoulutuksen toimintaympäristön myllerrystä uusliberalismin kehyksessä (ks. Ylöstalo 2014, 5).

Uusliberalismi on poliittisen talouden teoria, jonka mukaan ihmiskunnan hyvinvointia voidaan parhaiten edistää mahdollistamalla yrittäjähenkisten ihmisten toiminta vapailla markkinoilla sekä turvaamalla yksityisomistusta. Valtion tehtäväksi jää näiden edellytysten varmistaminen ja markkinoiden aktiivinen tukeminen. (Harvey 2007, 1–2; ks. myös Olssen 1996, 340.) Tämän poliittisen diskurssin mukaan hyvinvointivaltio merkitsee ihmisten elämään puuttumista, jähmeää byrokratiaa ja kansalaisten passivoitumista (Hilpelä 2004a, 56) ja siksi valtion tulisi puuttua mahdollisimman vähän yksilöiden ja markkinoiden toimintaan. 1970-luvulta lähtien ympäri maailman poliittistaloudellisissa käytännöissä on siirrytty kohti uusliberalismia purkamalla säännöstelyä ja yksityistämällä julkisia palveluita. Ensimmäiset vaikutusvaltaiset sovellutukset, joista tämä taloudellisen ohjauksen uudelleenjärjestely sai alkusysäyksensä, on nähty olevan Kiinan tosiasiallisen johtajan Deng Xiaopingin, Yhdysvaltain keskuspankin johtajan Paul Volckerin sekä Britannian pääministerin Margaret Thatcherin käsialaa. (Harvey 2007, 1–3.)

Uusliberalismin voi käsittää ”järkeistämisen ja hallinnan tapana”, jonka tavoitteena on parantaa kilpailukykyä purkamalla markkinatalouden säätelyä (Kauppila & Lappalainen 2015, 130). Uusliberalistinen hallinta on Daviesin ja Banselin (2005, 48) mukaan tulossuuntautunutta (*end-product driven*). Yksilöiden ja instituutioiden tulee tehdä suunnitelmia ja ottaa tulevaisuus haltuun heille tässä hetkessä jo tarjolla olevien ”visioiden” puitteissa. Tulevaisuus sidotaan siis tämän hetken hahmotelmiin ja näin se on tulostavoitteisiin kiedotun mielikuvituksen rajoittama. Samanaikaisesti

uusliberalistinen hallinta luovuttaa päätöksenteon ennakoimattomien ja kaoottisten globaalien markkinoiden huomaan. (Mt.)

Koulutuspolitiikkaa tehdään talouden ja kilpailun sanelemin ehdoin, ylikansallisten instituutioiden kuten Euroopan unionin ja Taloudellisen yhteistyön ja kehityksen järjestön (OECD) kehyksessä (Brunila & Mononen-Batista Costa 2010, 210; ks. myös Kinnari 2020). Tiukentuneet ja uudella tavalla määritellyt tehokkuusvaatimukset ovat ajaneet koulutuslaitokset omaksumaan managerialistisen hallinnon menetelmiä sekä muokkaamaan koulutusta talouden tarpeisiin (Keskitalo-Foley ym. 2010; ks. myös Ylöstalo 2014, 7). Tutustun seuraavaksi kasvatustieteissä käytyyn keskusteluun uusliberalistisesta koulutuspolitiikasta ja sen seurauksista korkeakoulutukselle ja erityisesti yliopistolle. Kysyn myös, millaista opiskelijasubjektiviteettia uusliberalistinen koulutuspolitiikka tuottaa.

Yliopisto uusliberalistisen koulutuspolitiikan pyörteissä

Yliopistolaissa (558/2009) määritellyt koulutuspoliittiset tavoitteet asettavat Ylöstalon (2014, 5) mukaan yliopiston tehtäväksi sekä kriittisen ajattelun ja sivistyksen edistämisen että työelämän ja talouden palvelemisen. Uusi julkishallintoajattelu on tuonut liiketalouden kielen ja toimintaperiaatteet julkiselle sektorille (Ikävalko & Brunila 2011, 326). Tieteen merkitys kilpailutekijänä sekä teknologisten innovaatioiden tuottajana on näissä olosuhteissa korostunut (Naskali 2010a, 72). Koulutuspolitiikassa ollaankin Kettusen, Jalavan, Simolan ja Varjon (2012) mukaan siirrytty tasa-arvon ihanteesta erinomaisuuden eetokseen. Kun yliopiston tehtäviin on perinteisesti kuulunut uuden tiedon tuottaminen tutkimuksen avulla ja tähän tutkimustietoon pohjautuva korkein opetus, sen nykyään enenevissä määrin odotetaan myös palvelevan yhteiskuntaa muilla tavoin (Naskali 2010a, 72). Koulutuksen tavoitteista on tullut entistä välineellisempiä, ja työmarkkinoita palvelevien työntekijäkansalaisten kouluttaminen on syrjäyttänyt sivistystehtävän (Pehkonen 2013, 32, 45; Ylöstalo 2014, 6). Koulutuksen uusi pesti on taata innovatiivinen kilpailukyky globaaleilla markkinoilla (Kettunen ym. 2012, 62).

Vaikka joskus voikin erehtyä luulemaan nykytilannetta uudeksi ja ennennäkemättömäksi, on markkinalogiikka tahdittanut elämänmenoa jo ainakin 1980-luvulta asti, jolloin uusliberalistinen liikehdintä lähti haastamaan

hyvinvointivaltion ajatusta (Hilpelä 2004a, 56; Jonathan 1997, 13; Rinne 2012, 392; ks. myös Nevala & Rinne 2012). Tarkastellessaan 1980-luvun lopun muutoksia korkeakoulutuksen kentällä Guy Neave näkee ”laadun, tehokkuuden ja yritteliäisyyden viljelyn” sen hetkisenä versiona hallitusten ”uudesta teologiasta” eli kiistämättömästi tavoiteltavana pidettävistä asioista. (Neave 1988, 7; ks. myös Kettunen ym. 2012, 57.) Tuolloin alettiin tuotteistaa erilaisten hyödykkeiden tuotantoa, ja tämä hanke ylsi monien elämänilmiöiden ohella 1990-luvun puolivälin jälkeen Maailman kauppajärjestö WTO:n Palvelukaupan yleissopimuksen¹⁸ kautta myös koulutukseen. Taloudellisesta näkökulmasta katsottuna koulutusta oli 1960-luvulla katsottu kasvupolitiikan välineenä, mutta nyt se asetettiin tuotteistamisen kohteeksi. (Kettunen ym. 2012, 59–60.)

1980-luvulla käynnistynyttä globaalia, uusliberalistista korkeakoulupolitiikkaa toteutettiin pitkin 1990-lukua erilaisin hallinnollisin uudistuksin, dokumentein ja säädöksin. Niiden myötä yliopistoa etäännytettiin hyvinvointivaltiollisen mallin koulutuksellisen ja alueellisen tasa-arvon ihanteista kohti kilpailun ja markkinoiden ohjaamaa ”yritysyliopistomallia”. (Rinne 2012, 392.) Kuitenkin jo 1970-luvun tutkintouudistuksessa pyrittiin lisäämään korkeakouluopintojen tavoitteellisuutta tuomalla akateemisen vapauden rinnalle ammatillisia lähtökohtia. Tässä tutkintoremontissa yliopisto-opinnot rakennettiin yhteiskuntaan ja työelämään kytkeytyvien koulutusohjelmien varaan. (Nevala & Rinne 2012, 211.) Yliopistopolitiikassa 1980-luvun lopulta lähtien harjoitettu koulutuspoliittinen ohjelma teki merkittävän pesäeron edellisten vuosikymmenten korkeakoulupolitiikkaan. Tämän uuden politiikan keskiössä olivat yliopistojen tulostavuu ja tehokkuus. Se pyrki toimillansa edistämään yliopistojen keskinäistä kilpailua sekä vahvistamaan yliopistojen yritysmäistä luonnetta. Koulutuksellisen tasa-arvon sijaan ajettiin nyt huippuyliopistopolitiikkaa, jonka tunnus sanat kiteytyvät huippuretoriikkaan: huippuyliopisto, huippuyksikkö ja huippuyksilö. (Rinne 2012, 405.)

Ammattikorkeakoulun synty 2000-luvun alussa edustaa Risto Rinteen (2012, 389) mukaan siirtymää ”universaaliin korkeakouluun ja markkinapainotteisempaan

¹⁸ GATS = General Agreement on Trade in Services

tuloksellisuusdoktriiniin”. Neave tulkitsee yliopiston ja valtionhallinnon suhteen muutosta ”arvioivan valtion nousuksi”. Yliopiston ja yhteiskunnan välistä suhdetta puolestaan luonnehtii Neaven mukaan pyrkimys ujuttaa ulkoisesti määritelty ”kilpailun etiikka” institutionaalista kehitystä ohjaavaksi voimaksi korkeakoulutuksen sisälle. (Neave 1988, 8; ks. myös Kettunen ym. 2012, 57.) Jatkuva laaduntarkkailu, toiminnan tehostaminen ja koulutuksen tuotteistaminen ovat osa nykypäivän yliopistoinstituutiota (ks. esim. Ball 2004). Rinteen mukaan vuonna 2009 säädetyn yliopistolain voi nähdä viimeisenä naulana tasa-arvoa korostaneen yliopistopolitiikan arkkuun. Uusi laki irrotti yliopiston valtion huomasta ja heitti sen markkinoiden vietäväksi. (Rinne 2012, 405.)

Vuonna 2010 opetusministeriön julkaisemassa koulutusvientistrategiassa hahmoteltiin koko suomalaisen koulutusjärjestelmän tuotteistamista. Nyt markkinakielellä puhuttiin kilpailukykyisestä koulutusjärjestelmästä ja PISA-tulosten luomasta hyvästä kansainvälisestä brändistä. (Kettunen ym. 2012, 59–60.) Brunila ja Mononen-Batista Costa (2010, 208) valjastavat *yrittäjien ideologian* kuvaamaan sitä, kuinka markkinoituminen ja liiketaloudellinen ajattelu suuntaavat entistä vahvemmin sekä julkista että yksityistä elämää – ”moraalia, tunteita, tahtoa ja toimintaa”. Kyseessä on diskurssi, joka on uusliberalismin kylkiäisenä tunkeutunut myös koulutuspolitiikkaan. Yrittäjien ideologian sävyttämällä koulutuskentällä oppilaat nähdään asiakkaina ja koulutuslaitokset palveluntarjoajina, jotka kilpailevat keskenään muun muassa opetuksen tasossa. Kun koulutusorganisaatioiden on osallistuttava kilpailuun koulutusmarkkinoilla, huomio kiinnittyy siihen, miltä toiminta näyttää ulospäin, ja samalla opetussisältöjen kehittäminen voi jäädä toissijaiseksi. Koulujen tuloksia tarkkaillaan intensiivisesti, ja opettajat asetetaan tulosvastuuseen. (Ball 2003; Davies & Bansel 2005; Hilpelä 2004a, 2004b.) Filander (2016, 10) kutsuu yritysmaailman tavoitteita, hallinnon ja johtamisen käytäntöjä sekä retoriikkaa omaksunutta yliopistoa yritysyliopistoksi ja esittää, että yliopistojen toimintaa ja siellä rakentuvia subjekteja säätelevät markkinoiden arvolähtökohdat. Perinteiset akateemisen toiminnan ihanteet ovat korvaantuneet uusilla (mt.).

Hajautuspolitiikka, uusi julkisjohtaminen, markkinoituminen sekä ennen kaikkea Euroopan unioniin liittyminen ovat kukin osaltaan edistäneet yrityksen ideologian tunkeutumista julkiselle sektorille (Brunila & Mononen-Batista Costa 2010, 210).

Uusliberalismin aatteen ohjaama politiikka tähtää yrittäjähenkisten ja kilpailullisten yksilöiden luomiseen. Tämä uusi yksilö kasvatetaan Olssenin (1996, 340) mukaan muun muassa manipuloimalla, ehkäisemällä laiskuutta ja saamattomuutta jatkuvan valvonnan ja suorituksen arvioinnin keinoin. Myös tieteellinen asiantuntijuus asettuu ulkopuolisen tavoitteenasettelun ja sisällön määrittelyn kohteeksi talouden ehtojen ohjattaessa yliopistoa (Davies & Bansel 2005; Filander 2016). Naskalin (2010b, 266) mukaan managerialistisessa hallinnassa opetus on valjastettu tehokkuuden, tuottavuuden ja erinomaisuuden tavoittelun välineeksi: ”opetuksellisen minäteknologian avulla yliopiston tarkoituksena on rakentaa uusliberalistisen yhteiskunnan edellyttämiä kuluttajakansalaisia”.

Koulutuksen ja elinkeinoelämän entistä läheisempi liitto nähdään väistämättömänä kulttuurisena ”ilmaston muutoksena”, johon on vain sopeuduttava (Naskali 2010a, 73; Kyrö & Ripatti, 2006, 20). Uusliberalismin arveluttavia seuraamuksia on vaikea kyseenalaistaa, koska ne näyttäytyvät ainoana mahdollisena asiantilana globaalissa taloudessa (Davies & Bansel 2005, 47). Koulutus ei toki ennenkään ole ollut ideologisista vaikuttimista vapaata toimintaa, mutta uusliberalistisessa ilmanalassa koulutus nousee arvoon arvaamattomaan, sillä oppimiskyky, uteliaisuus, joustavuus ja luovuus ovat nykyisen tietokyky-yhteiskunnan tuotannontekijöitä (Keskitalo-Foley, Komulainen & Naskali 2010, 22; Naskali 2010b, 252; ks. myös Vähämäki 2009). Mutta millä ehdoilla opiskelijoista tulee subjekteja yrityksen ideologiaan tukeutuvaan diskurssiin? Entä millaisia mieleen ja ruumiiseen kietoutuvia seurauksia subjektiksi tulemisella voi yksilölle olla? (Brunila & Mononen-Batista Costa 2010, 223; Scharff 2016.) Seuraavaksi siirrynkään kasvatustieteelliseen keskusteluun tukeutuen tarkastelemaan, miten opiskelijat istuvat tähän yllä maalattuun uusliberalistiseen korkeakoulutukseen.

Opiskelija aktiivisena ja yrittäjähenkisenä työntekijäkansalaisena

HELSINGIN SANOMAT kirjoitti ”superopiskelijoista”, jotka suorittavat jopa 170 opintopistettä vuosittain (HS 11.2.). Aikana, jolloin korkeakouluopiskelijoiden mielenterveysongelmat ovat lisääntyneet, korkeakoulutuksen rahoitus vähentynyt sekä opintorahan taso heikentynyt, ”superopiskelijuudesta” puhuminen tuntuu jopa irvokkaalta.

Suositeltu 60 opintopisteen opiskelutahti vuodessa vaatii opiskelijalta jo nyt viikkotasolla keskimäärin 45 tuntia opiskelua. Opiskelijat ovat monimuotoinen ryhmä, ja eri elämäntilanteet vaikuttavat siihen, miten hyvin he pystyvät suoriutumaan opinnoistaan. Tähän vaikuttavat myös yliopistojen mahdollisuudet antaa opetusta ja tukea opintojen suorittamiseen. Yliopistojen rahoituksen pienentyessä kirves heilahtaa usein juuri opiskelijoita tukeviin palveluihin, neuvontaan ja opintojen suunnitteluun.

Suorittamisen kulttuuri, huoli tulevaisuuden työllistymisestä, heikko toimeentulo ja valmistumisen paineet näkyvät opiskelijoiden mielenterveyden tilastoissa. Muutaman vuoden takaisen korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen mukaan 33 prosenttia opiskelijoista koki runsaasti stressiä ja noin 11 prosentilla opiskelijoista oli kohonnut uupumisriski.

(Andersson 2019.)

Tämä ote on Suomen ylioppilaskuntien liiton vastineesta Helsingin Sanomissa 11.2.2019 julkaistuun kirjoitukseen superopiskelijoista. Karin Filanderin (2016) yliopiston tilaa käsittelevän media-aineiston otteista löytyy kilpailua ihannoivia äänenpainoja, jotka pyrkivät edistämään erilaisia yritysmaailmasta lainattuja toimintatapoja yliopistojen tehokkuuden lisäämiseksi. Nämä koskettavat erityisesti yliopiston tutkimus- ja opetushenkilökuntaa, mutta suunnitelmia löytyy myös opiskelijoiden varalle (mt.). Uusliberalistisen ideologian myötä on tullut tärkeäksi arvioida ja mitata, kuinka koulutuksen tuotokset taipuvat panoksiksi (Hilpelä 2004b, 441–442). Opiskelijat halutaan saada nopeasti työmarkkinoille ja ratkaisuna tähän hahmotellaan koulumaisen toimintamallin sisällyttämistä myös suomalaisiin yliopistoihin. Inspiraatiota otetaan yhdysvaltalaisista huippuyliopistoista sekä taloustieteilijöiden puheista. (Filander 2016, 12–13.)

TAVOITTEENA 55 OPINTOPISTETTÄ VUODESSA

Tiesitkö, että suorittamalla vuodessa 55 opintopistettä hankit enemmän rahoitusta yliopistolle ja sitä kautta myös tiedekunnallesi?

Opintoaikojen lyhentäminen ja opintojen joustava eteneminen ovat olleet niin valtionhallinnon kuin yliopistonkin agendalla jo usean vuoden ajan. Yliopistojen rahoitusmallissa 12 % yliopistojen rahoituksesta jaetaan sen perusteella, moniko opiskelija suorittaa vuosittain vähintään 55 opintopistettä. Yliopisto onkin asettanut yhdeksi tavoitteekseen sujuvoittaa opiskelua siten, että 55 opintopisteen suorittaminen lukuvuodessa olisi mahdollista kaikille opiskelijoille.

Lisäksi myös esimerkiksi valmistuneet opiskelijat sekä Kandipalaute tuovat yliopistolle rahaa.

(Helsingin yliopisto 2015¹⁹.)

Kuten yllä yliopiston rahoitusta ja opintoaikoja koskeva Helsingin yliopiston intranetin julkaisu havainnollistaa, uusliberalismin uudelleen konfiguroimassa yliopistossa akateemiset subjektit ja heidän tuotoksensa määritellään taloudellisiin ja lineaariseen aikaan sidotuin mittarein. Tutkinnon suorittaminen asetetussa tavoiteajassa määrittyy kyseenalaistamattomasti hyväksi ja tavoiteltavaksi asiaksi. Opiskelijoiden standardisointi ja kontrollointi asettuu tärkeämmäksi kuin opintojen suorittamistahtiin vaikuttavien eri syistä johtuvien erojen huomiointi. (Davies & Bansel 2005, 48.) Korkeakoulutuksen voidaankin Naskalin (2010b, 253) mukaan katsoa lähentyneen Foucault'n *Tarkkailla ja rangaista* -teoksessa kuvailemia kurinpidollisia käytäntöjä. Esimerkiksi opintopisteet edustavat modernia kurivaltaa. Ne ovat "analyyttistä, yksityiskohdissaan pikkutarkkaa pedagogiikkaa, joka pirstoo kokonaisuudet määrällisesti verrannollisiin osiin" (mt.).

Ylöstalo (2014, 7) esittää aktiivisen työntekijäkansalaisuuden ja yrittäjäminuuden opiskelijoille uusliberalismin myötä tarjolla olevina positioina. Ideaali opiskelijasubjekti määrittyy myös Anna-Maija Niemen ja Tuuli Kurjen (2013, 204) tutkimissa ammatillisen koulutukseen valmistavien koulutusten tavoitteissa "aktiiviseksi, itsenäiseksi ja joustavaksi toimijaksi, yrittäjämäiseksi opiskelijaksi ja työntekijäkansalaiseksi". Aktiivisen kansalaisuuden, työntekijäkansalaisen ja

¹⁹ Olen ottanut tämän tekstin kuvakaappauksena Helsingin yliopiston intranetistä *Flammasta* 25.9.2015. Tämän jälkeen tämä "yliopistolaisen työpöytä" on siirtynyt uudelle alustalle ja sen sisältöjä on uusittu.

yrittäjämинуuden avulla on luonnehdittu koulutuspolitiikan tuottamaa ihannekansalaisuutta (Ylöstalo 2014, 6). Aktiivista kansalaisuutta voi tarkastella subjektille asetettuna normatiivisena ihanteena, eräänlaisena ”etäännytettyinä tavoitteena”, joka määrittää, minkälaisia meidän tulisi olla (Naskali 2010a, 89). Hallinnan näkökulmasta katsottuna käsite viittaa yksilöön, joka kantaa vastuuta itsestään ja hyvinvoinnistaan sekä toimii Mikko Saastamoisen (2010, 233) sanoin itsenäisenä riskienhallinnan yksikkönä. Aktiivinen kansalaisuus on vastaus tilanteessa, jossa vastuuta siirretään enenevissä määrin yhteiskunnalta yksilöille (Naskali 2010a, 90). Hyvinvointivaltion resursseja vapautuu aktiivisen kansalaisuuden myötä passiivisten kansalaisten patistamiseen ja hallintaan (Saastamoinen 2010, 233–234).

Työelämään osallistumisen kautta lunastettavasta kansalaisen statuksesta voidaan puolestaan käyttää nimitystä työntekijäkansalaisuus (Brunila, Hakala, Lahelma & Teittinen 2013). Historiallisesti nuoren palkkatyön kehittyminen yleiseksi elinkeinoksi on kulkenut käsi kädessä koulutuksen laajenemisen kanssa. Koulutuksesta tuli Suomessa teollistumisen ja kaupungistumisen vanavirrassa nopeasti (vain parin vuosikymmenen kuluessa) edellytys palkkatyöhön pääsemiselle. Aluksi kuitenkin riitti vain kansakoulu, mutta myöhemmin ammatillisesti eriytyneistä koulutuksista tuli ”hyvän työpaikan” saamisen ennakkoehto. Nyt kun työmarkkinat toimivat arvostuksen pohjana, toimeentulon lähteenä sekä yhteiskunnallisen aseman ponnistuslautana, ovat koulutusmarkkinat nousseet entistä tärkeämpään rooliin. Koulutuksella ei enää vain hankita muodollisia edellytyksiä työssä pärjäämiseen, vaan se tarjoaa yhteiskunnallisesti hyväksyttävämmän vaihtoehdon työttömyydelle – työpaikkoja kun ei riitä kaikille ja toimeettomuus ei ole suotavaa. (Silvennoinen 2002, 9–10.)

Samaa aikaa, kun kaikenlaista elämänmenoa alettiin 1980-luvulla määrittää markkinalogiikan mukaisesti, myös palkkatyön tekijöiltä alettiin edellyttää yrittäjyyttä. Tämä tarkoitti ensinnäkin sitä, että työntekijän tuli ottaa omakseen työnantajayrityksen suhtautuminen asiakkaisiin ja sijoittajiin. Toiseksi tämä yrittäjyyden normi merkitsi elämän käsittämistä itsensä kehittämisen ja tuotteistamisen projektina. (Kettunen ym. 2012, 46–47.)

Saastamoinen (2010) luonnehtii suomalaisen työkuulttuurin ilmapiiriä neuroottiseksi. Tätä ilmentää muun muassa kansalaisille jatkuvana muistutuksena kuuluva mantra

siitä, kuinka työpaikat eivät ole enää pysyviä. Neuroottinen kansalaisuus on Engin F. Isiniltä (2004) lainattu käsite, jota Saastamoinen (2010) käyttää aktiivisen kansalaisuuden vastatulkintana ja se viittaa tässä psyykkisen häiriön sijaan rakenteellistuneeseen epävarmuuteen. Työttömyyden uhka ajaa neuroottiset kansalaiset ponnistelemaan loputtomasti oman markkinakelpoisuuden ylläpitämiseksi (mt., 245). Työttömyys on aktiivisen työntekijäkansalaisuuden uhkakuva, jolta opiskelijatkaan eivät välty (Ylöstalo 2014, 12). Aktiivinen kansalaisuus nimittäin kulkee tiiviisti käsi kädessä palkkatyön kanssa, ja tähän normiin suhteutettuna edustaa työttömyys pelottavaa syrjäytynyttä epäkansalaisuutta (Saastamoinen 2010, 240).

Myös Ylöstalon (2014, 12) aineiston opiskelijat olivat valmiita ja halukkaita rakentamaan ”työyhteisötaidoilla” varustettua aktiivisuuden ihanteen mukaista minää. Tällainen työmarkkinoiden oletettujen vaateiden sanelema minuus toimii pelastusrenkaana epävakaiden työmarkkinoiden aallokossa aikana, jolloin valtio ei enää entiseen tapaan takaa kansalaistensa turvattua toimeentuloa eikä huolehdi heidän hyvinvoinnistaan (mt.; Saastamoinen 2010, 246–250).

Joskus haikailen vanhempieni aikoja, kuinka he tässä iässä olivat jo juurruttaneet paikkansa työelämään ja laskivat vuosia kultakelloihin. Jos nykyään saa vakituisen, toistaiseksi voimassa olevan työpaikan, se on kuin lottovoitto kuten opiskelupaikkakin. Tosin säännöt ovat jälleen muuttumassa niin että enää en edes saisi hakea tähän koulutukseen. Mikä onni että jäin työttömäksi sopivaan aikaan! Oikeasta ajoituksesta tuntuu moni asia olevan elämässä kiinni. Kun valmistuin, tutkintoni vanheni jo opintojen aikana. Kuka olisi voinut tietää sen etukäteen? Vaikka kelpoisuus pysyi ennallaan, niin kuka voi estää työnantajaa valitsemasta uudemman koulutuksen saaneen ohi vanhan tutkinnon suorittaneen?

Mutta olen kiitollinen, että saan opiskella. Olen saanut jopa töitäkin. Ihmeellistä. Vaikka työ olisi osa-aikainen ja nollatyösopimuksella, niin se on työsuhde. Ei tule isoa aukkoa ansioluetteloon, kun on kelvannut jonnekin. On helpompi hakea töitä uudesta paikasta kun on alla entinen, josta ponnistaa. Pelkkä opiskelu ei ole kaikkien työnantajien mielestä riittävä selite cv:ssä, sen olen oppinut työhaastatteluissa huomaamaan.

(Unelmaelämää, Tarinat, Nyyti.)

Kun työelämä korostaa taitojen sijaan kykyjen potentiaalisuutta, on ihmisten panostettava tulevaisuuden mahdollisuuksien avoimena pitämiseen (Naskali 2010a, 77). Samalla työn, opiskelun ja vapaa-ajan rajat hämärtyvät (mt.; Brunila & Mononen-Batista Costa 2010, 217; Keskitalo-Foley ym. 2010) ja vastuu parannella itseään ei katso paikkaa eikä aikaa. Keskeistä uudessa hallinnassa on Naskalin (2010a, 77) mukaan juuri ajankäytön säätely. Tarve olla tehokas ja tuottava 24/7 ei ole uusliberalismille omaleimainen uusi ilmiö, vaan se on löydettävissä jo joutilaisuutta paheksuvasta protestanttisesta työetiikasta. Uusliberalismi on vain vienyt tämän vaatimuksen aivan uusiin sfääreihin. (Mt., 88; O'Flynn & Petersen 2007, 469; Davies & Bansel 2005; Gill 2009, 237.) Korkeakouluopiskelijoilta odotetaan kokopäiväisen opiskelun lisäksi osa-aikaista työskentelyä iltaisin ja viikonloppuisin. Lisäksi vuosilomailun sijaan vuoden lämpimät kuukaudet pitäisi viettää opintojen parissa tai kesätoissa:

Toimeentulo on taattava työssäkäynnillä, sillä opintotuki ilman lainaa ei yksistään riitä. Erityisesti viikonloput ovat menneet usein kokonaan töissä [...]

(Ajankäytön hallintaa opettelemassa, Tarinat, Nyyti.)

Nyt on sunnuntai-ilta. Koko viikonloppuna en saanut juurikaan mitään aikaiseksi, vaikka minun piti. Tein perjantaina mielessäni supermahtavan sotasuunnitelman, että tänä viikonloppuna saan aikaiseksi jotain, mutta aivan toisin kävi. Yhdeksältä herääminen vaihtui torkuttamiseen puoli yhteentoista asti ja blogien lukeminen ja hauskojen videoiden ja seuraamieni televisiosarjojen katselu voitti – taas vaihteeksi – luentopäiväkirjan kirjoittamisen, esseen aloittamisen ja saksan läksyt sata-nolla.

(Ajoissa aloittamisen sietämättömästä vaikeudesta, Tarinat, Nyyti.)

Tein töitä kesäisin ja opintojenkin ohella jopa 30 tuntia viikossa.

(Älä ole all in one, Tarinat, Nyyti.)

Uusliberalismissa korostuvat yksilön vapaus ja vastuu, jolloin menestyskin näyttää olevan kunkin omissa käsissä (Ylöstalo 2014, 12) – ”jokainen on oman onnensa seppä” (Hilpelä 2004a, 56). Daviesin ja hänen kollegoidensa mukaan kouluissa vallitseva käsitys subjektista ammentaa humanistisista diskursseista, jotka paikantavat olemassaolon peruspalikat yksilön sisälle. Ihmisiä määrittävät heidän valintansa ja/tai biologiansa. (Davies ym. 2001, 172.) Humanismin yksilö on tietoinen ja rationaalinen tiedonhaltija. Hän on vakaa ja yhtenäinen, autonominen ja historiaton. (St. Pierre 2000,

500.) Hänet on varustettu tahdolla, vapaudella ja aikomuksilla, jotka saavat ilmaisunsa hänen puheessaan ja toiminnassaan (Butler 1995b, 136). Ihmisyyteen kuuluu humanististen diskurssien mukaan velvollisuus omata selkeä identiteetti, joka on myös muiden tunnistettavissa, puhua omasta puolesta ja ottaa vastuun omista teoista. Vastuun nähdään kumpuavan moraalisesta perustasta ja yksilön odotetaan sitoutuvan tiettyyn moraaliseen positioon, jota hänen valintojensa tulisi myös ilmentää. Tämä vastuun diskursiivinen asema tekee meistä oletusarvoisesti toimijoita. (Davies 2000, 56.) Humanismin subjektin toimijuus on sisäsyntyistä (St. Pierre 2000, 500).

Myös korkeakouluissa elää valistuksen ihanne paikan, luokan ja sukupuolen sidoksista vapaasta yksilöstä, jonka kohtalo on täysin hänen omissa käsissään. Tässä ihanteessa oletetaan kaikille samat toimintaedellytykset ja siten myös oletetaan kaikkien tuottavan samat suoritteet. (Naskali 2010b, 257; Walkerdine 2003, 239–240.) Aktiivisen kansalaisen, työntekijäkansalaisen ja yrittäjäminän käsitteet kantavat oletusta yksilöiden lähestulkoon rajattomista mahdollisuuksista. Ne eivät tunnista näitä mahdollisuuksia rajoittavaa yhteiskunnallista eriarvoisuutta. (Ylöstalo 2014, 12.) Nämä oletukset toistuvat myös aineistossani:

Vain taivas on rajana mahdollisuuksille, ja sinä itse olet se, jolla on valinnan valttikortti hallussaan elämäsi suhteen.

(*Huikkea fiilistä etsimässä*, Tarinat, Nyyti.)

Maaailma on täynnä mahdollisuuksia, kunhan vaan saisi ne kaikki mahtumaan samaan kalenteriin.

(*Carpe diem*, Tarinat, Nyyti.)

Butlerin subjektikäsitystä seuraten valinnat eivät kumpua yksilöstä, kuten humanistinen näkemys subjektista olettaa, vaan mahdollisuuksien ehdoista: mikä on kuviteltavissa ja mikä vartenotettavaa? Diskurssit määrittävät sen, mikä on haluttavaa mutta myös sen, millainen on tunnistettava ja hyväksyttävä subjekti. (Laws & Davies 2000, Daviesin ym. 2001, 172 mukaan.) Vaikka valinnanmahdollisuudet näyttäytyvät uusliberalistisessa hallintavallan läpäisemässä maailmassa rajattomilta, ovat ”oikeat” vaihtoehdot hyvinkin rajattuja. Komulainen, Keskitalo-Foley, Korhonen ja Lappalainen (2010, 11) muistuttavat *Yrittäjyyskasvatus hallinnassa* -kokoomateoksen esipuheessa, että markkinat eivät ole ”neutraali sosiaalinen tila”, vaan ihmiset tulevat osaksi kilpailuyhteiskunnan ihanteita ja vaateita sukupuolen,

luokan ja alueellisuuden kaltaisten erojen kautta. Vaikka uusliberalistinen hallinta perustuu ihanteeseen kaikista sosiaalisista eriarvoisuuksista ja rajoitteista vapaasta yksilöstä, jolle maailma on avoinna ja kaikki mahdollista, Keskitalo-Foley, Komulainen ja Naskali (2010, 28) lähtevät siitä, että sosiaaliset erot eivät uusliberalistisessa hallinnassa niiden piilottamisesta huolimatta katoa vaan löytävät uusia yksilöllistymisen ja yrittäjämäisyyden rakentamisen sävyttämiä muotoja.

Aktiivisen työntekijäkansalaisuuden ja yrittäjämäisyyden käsitteiden kautta voi Ylöstalon mukaan hyvin jäsentää niitä vaatimuksia, joita uusliberalistinen hallinta osoittaa yliopisto-opiskelijoille. Opintojen päätyttyä opiskelijan on omattava valmiudet selviytyä alati ehdoiltaan ja edellytyksiltään muuttuvilla työmarkkinoilla. (Ylöstalo 2014, 9.) Näitä valmiuksia ovat muun muassa Naskalin (2010a) kyselyn vastauksissa opiskelijoiden nimeämät yrittäjämäiset ominaisuudet, joiden osalta he tukeutuivat kulttuuriseen käsikirjoitukseen, yrittäjyyden mallitarinaan.

Scharff (2016) jäsentää uusliberaalia minuutta yrittäjähenkisenä subjektina ja nimeää sen ominaisuuksia haastatteluaineiston pohjalta. Tutkimus käsittelee klassisen musiikin koulutuksen omaavien naismuusikoiden subjektifikaatiota, mutta sen tulokset sopivat hyvin myös opiskelijoita koskevan ihanteen tarkasteluun. Yrittäjämäinen subjekti käsittää itsensä yrityksenä, syleilee riskejä, selviytyy vastoinkäymisistä, piilottaa vauriot, neuvottelee eri diskurssien välillä, kieltäytyy tunnistamasta epäoikeudenmukaisuutta, on ahdistunut ja epävarma, ja kilpailee itsensä kanssa. Hän myös jaottelee ihmisiä toisensa poissulkeviin kategorioihin, kuten laiska/ahkera, ja tekee näiden kahtiajakojen avulla eroa itsensä (ahkerana subjektina) ja muiden (laiskoina) välille. Yrittäjähenkistä minuutta tehdään asettumalla kovan työn tekijäksi. (Mt.) Toisaalta uusliberaali subjektiviteetti myös tarjoaa myös position muita huonompana ja riittämättömänä (ks. Davies & Bansel 2005; Gill 2009).

Naskalin tutkimukseen osallistuneet opiskelijat luettelivat yrittäjämäisiä ominaisuuksia itsestäänselvinä edellytyksinä ”yrittäjyysyhteiskunnassa” selviytymiselle ja totesivat yrittäjämäisyyden vahvistavan muun muassa taloudellisuutta, kilpailuhenkisyyttä ja tehokkuutta, mutta näitä tavoitteita ei usein asetettu kyseenalaisiksi. Tällaiset ominaisuudet perustuvatkin Naskalin mukaan oletukseen minuuden ja identiteetin olemuksellisesta luonteesta, joka kumpuaa differentiaalipsykologisesta, eli yksilöiden välisiä eroja painottavasta näkökulmasta

ihmisten kykyrakenteisiin. Nämä ominaisuudet ja niillä saavutettavat asiat näyttäytyivät elämän realismina, välttämättömyytenä, johon on vain sopeuduttava. (Naskali 2010a, 82–83.) Aktiivisen kansalaisuuden ja yrittäjäminuuden vaatimusten täyttäminen voidaan Ylöstalon (2014, 9) mukaan nähdä opiskelijan velvollisuutena häntä kouluttanutta valtiota kohtaan.

Yliopisto-opiskelua ja esimerkiksi toisen tutkinnon opintotukia kritisoivat äänenpainot hakevat sanastonsa ja argumenttinsa markkinalogiikasta – sijoitukselle on saatava tuotto ja tämä tuotto on oltava määrällisesti todennettavissa. Kuten uusliberalismin ehkä merkittävin ideologi Friedrich A. von Hayek (1998, 182–183, Hilpelän 2004a, 57 mukaan) toteaa: ”Ihmisten arvo vaihtelee heidän markkinoille tuomansa panoksen mukaisesti. On voitava laskea myös ihmisillä.” Uusliberalististen teknologioiden on tarkoitus suunnata yksilöiden suorituksia kohti enenevää joustavuutta sekä tulossuuntautunutta tuottavuutta. Ajureina toimivat päämäärät tulevat kansallisen talouden tavoitteista. Uusliberalistisen hallinnan teknologiat tarjoavat keinoja ohjata sitä, mitä yksilöt ovat valmiita ja halukkaita tekemään kohti näitä tavoitteita palvelevaa toimintaa. Tässä kuviossa jokainen yksilö määritetty taloudelliseksi yksiköksi. (Davies & Bansel 2005, 48.)

Kuten edellä on tullut ilmi, uuden hallinnan kulttuurin ja sen mukaisten subjektiuksien tuottamisessa koulutus on keskeisessä roolissa (Naskali 2010a, 77). Yhteiskuntapolitiikan avulla koulutuksesta on tehty sekä pakollinen edellytys työllistymiselle että hyödyllinen apuväline työmarkkinoilla menestymiselle. Tämä yhdistelmä pakkoa ja hyötyä palvelee Silvennoisen mukaan ”väestön hallinnointia ja kontrolloitua sosiaalista järjestystä”. Kouluttautuessaan parantaakseen mahdollisuuksiaan ja asemiaan työmarkkinoilla kansalaiset ”ikään kuin antautuvat hallinnoitavaksi”. Sosiaalisen järjestyksen ylläpito näyttäytyy yksilölle oman edun tavoitteluna. (Silvennoinen 2002, 12.) Seuraavassa luvussa tarkastelen psy-tiedon roolia uusliberalistisessa hallinnassa ja uusliberaalin subjektin tuotannossa.

Psy-tieto uusliberalismissa

19-vuotias siskoni muutti juuri Suomeen ensimmäistä kertaa elämässään. Tämän uuden alun kynnyksellä hän asetti itselleen projektin: tänä keväänä etsin itseäni. Tätä varten hän tilasi kasan itseapukirjallisuutta: Brené Brownin *The Gifts of Imperfection: Let Go of Who You Think You're Supposed to Be and Embrace Who You Are*, Guy Finleyn *The Secret of Letting Go*, Daniel Golemanin *Emotional Intelligence* sekä Hugh Pratherin *Notes to Myself: My Struggle to Become a Person*.

Hey, how would you feel if I wrote about you buying self-help books in my thesis? That I would refer to you, not by name, but as "my sister who just moved to Finland"?

My thesis discusses, among other things, the role of self-help in neoliberal government. How it provides us with a technique to use to work on ourselves, and my point: to bend ourselves to the service of capitalism by making us ever more productive citizens. Wellness translated into fitness for work. I'm assuming, you're not explicitly using the self-help literature for that purpose, but my point in bringing up the example of your case is that self-help presents itself as a valid option for trying to take hold and find direction for one's life.

(JdSG, WhatsApp-viesti siskolle 7.4.2020.)

Elämme yhteiskunnassa, jossa merkityksen etsiminen on siirtynyt julkiselta alueelta yksityisen piiriin (Rimke & Brock 2012, 198). Itsensä etsiminen ja itsen tuunaus- ja optimointiprojektit ovat nykypäivää, ja niitä varten on tarjolla loputtomasti kirjoja, kursseja ja teknologiaa (mt., 197; ks. myös Scharff 2016, 112). Itseapu-genre muodostaa merkittävän osan modernista terapiakulttuurista uusliberalistisissa yhteiskunnissa. Markkinoilta löytyy suunnaton määrä asiantuntijoita, ryhmiä, kirjoja, podcasteja, ohjelmia ja vaikka mitä muuta, jotka tarjoavat opastusta matkalla itsen löytämiseen, parempiin ihmissuhteisiin ja onnelliseen elämään. Itseapukirjallisuuden parista löytyy neuvoja vaikka mihin: ihmissuhdeongelmiin, menetykseen, henkilökohtaiseen kasvuun, vain muutamia mainitakseni. Meitä kehoitetaan hakemaan valaistumista (*self-enlightenment*) kaivamalla esiin ja paljastamalla todellisen itsemme terapeuttille katseelle. (Rimke & Brock 2012, 194.)

Avaan seuraavissa alaluvuissa psy-tieteiden sosioekonomisia kytköksiä ja niiden suhdetta uusliberalismiin sekä niiden yksilöille suunnattuja sovellutuksia, erityisesti tälle tutkimukselle relevanttia itseapua.

Psy-kompleksi ja psykologinen hallinta

Internet on pullollaan testejä, joilla voi selvittää oman mielenterveyden tilaa. Niiden avulla voi tunnistaa hälytysmerkkejä, jotka viestittävät ongelmista. Nimetessään erilaisia tunteita, ajatuksia ja toimintatapoja oireellisiksi mahdollisista häiriöistä, nämä kyselyt muun mielenterveyttä koskevan mediasisällön kanssa voivat järkyttää testin tekijän ”normaaliuden” tuntua. Rimke ja Brock kutsuvat tätä normaaliuden pieneväksi kirjoksi. Siinä on kyse siitä, että yhä useampi tavanomainen tunne ja toiminta luokitellaan hoitoa vaativaksi mielen tai tunne-elämän häiriöksi. 2000-luvun kulttuuriset uskomukset ja käytännöt siitä, mitä on olla ihminen nojaavat käsitykseen objektiivisesta ”normaalista”, jota kohti meidän kaikkien tulisi pyrkiä. (Rimke & Brock 2012, 182.) Tässä päättymättömässä jahdissa jokainen voi tuntea olevansa riittämättömäksi, emme ikinä ole tarpeeksi fiksuja, kauniita, menestyviä tai terveitä (mt.; ks. myös Purokuru & Paakkari 2015).

Patologinen näkökulma ihmisyyteen on saanut historiallisesti katsottuna verrattain lyhyen ajan sisällä merkittävää jalansijaa. Tämä viittaa henkilökohtaisten ongelmien käsittämiseen yksilöllisinä ja psykologisista tai biologisista tekijöistä johtuvina. Käsitys ihmisistä psyykkisesti sairaina tai häiriöisinä on seurausta tämän patologisen näkökulman kasvusta. Psyykkisiin häiriöihin viittaavien termien arkipäiväistyminen kielii terapeuttisesta eetoksesta, joka on ajallemme leimallista, ainakin länsimaisessa kontekstissa. (Rimke & Brock 2012, 182.)

Hulluus on käsitetty eri aikoina eri tavoilla. Sen hahmottaminen mielen sairautena 1800-luvulta eteenpäin ei ole välttämätön vaan historiallisesti kontingentti kehityskulku, joka perustuu Foucault’n mukaan psykiatrian diskurssiin ja sitä ohjaaviin sääntöihin. Tähän diskurssiin liittyvät tiedon tuotanto, sairauksien tunnistaminen, potilaiden nimeäminen ja tutkiminen, asiantuntijuuden muotoutuminen sekä institutionaaliset järjestelyt. Mielisairauden ja mielisairaiden rinnalla muodostuivat psykiatrien ammattikunta ja ensimmäiset psykiatriset sairaalat. Foucault esittää, että tuon ajan psykiatrisesta diskurssista voidaan nimetä

esiintulopintoja, eli ”todellisuuden alue[ita], joilla mielisairauksien ajatellaan esiintyvän”. Mielisairauksia on siis paikannettu eri konteksteista (perhe, työ, uskonto, taide, seksuaalisuus, rikos) ja mielisairauksien määrittely on vakiintunut psykiatrien yksinoikeudeksi. (Foucault 1969/1999, 56–58, Alhasen 2011, 63 mukaan.) Tämän diskurssin kohteiden määrittely on ollut liikkeessä sen synnystä asti ja siihen liittyvä sanasto on myös ajan saatossa muuttunut. Kuten valtaa käsittelevässä luvussa jo mainitsin, enää ei puhuta potilaista vaan asiakkaista ja mielisairaudesta sijaan puhutaan mielenterveydestä ja mielenterveyden häiriöistä (ks. Ahonen 2019). Esiintulopinnat ovat myös joidenkin tutkijoiden mukaan laajenneet (Ecclestone & Hayes 2009; Furedi 2004; Mills 2013; 2015; Wright 2011) kun psykiatrisen, psykologisen tai terapeuttisen diskurssin kohteita tunnustetaan yhä uusilta alueilta. Esimerkiksi China Mills (2015) kirjoittaa köyhyyden psykiatrisaatiosta eli siitä, kuinka köyhyydessä elävien ahdinkoa jäsennetään mielen sairautena tai mielenterveyden häiriönä ja sitä pyritään hoitamaan terapeuttisilla ja medikalistisilla interventioilla. Toki myös samanaikaisesti asioita, jotka on ennen määritelty mielisairaudeksi (kuten homoseksuaalisuus ja hystertia), käsitetään nyt normaaliuden ja terveyden alueeseen kuuluvina (Oulanne ym. 2014; Vesterinen 2014).

Psykologian tieteenalan voidaan katsoa syntyneen 1879 ja sen verrattain lyhyen elämän aikana sillä on ollut merkittävä vaikutus länsimaiseen kulttuuriin. Sen käsitteet ja teoriat kiertävät populaarikulttuurissa ja mediassa, sen asiantuntijoita konsultoidaan poliittisessa päätöksenteossa ja sen sovellutuksia sisällytetään poliittisiin ohjelmiin. (Madsen 2014, 1.) Ole Jacob Madsenin mukaan psykologia tieteenalana noudattaa periaatetta ”mitä enemmän psykologiaa, sitä parempi” ja hän näkee sen vaikutuskentän olevan psykiatria huomattavasti laajempi. Madsen listaa eri termejä, joilla psykologian vaikutusta on luonnehdittu aikalaiskritiikissä: ”psykologian aikakausi”, ”terapeuttisen voittokulku”, ”psykologinen yhteiskunta”, ”terapeuttinen valtio” ja ”terapiakulttuuri”. Nämä nykyajan luonnehinnat viittaavat siihen, että psykologian ja terapian käsitteet ja käytännöt eivät rajaudu psyykkisten häiriöiden hoitamiseen vaan levittäytyvät yhteiskuntaan ja kulttuuriin. (Mt., 1–2.)

Protestanttisesta työetiikasta on historioitsija T. J. Jackson Learsin mukaan siirrytty 1800- ja 1900-lukujen vaihteessa terapeuttiseen eetokseen. Lears näkee tämän merkittävänä moraalisenä siirtymänä. Kun protestanttinen työetiikka piti sisällään

lupauksen kieltäytymisestä elämässä tienä vapahdukseen tuonpuoleisessa, terapeutinen eetos lupaa täyttymyksen tässä elämässä. Siinä tavoitteena on paras mahdollinen minä, joka tarkoittaa fyysistä ja henkistä hyvinvointia. Tunne-elämän tasapainon ja fyysisen hyvinvoinnin tavoittelussa ei toki historian näkökulmasta ole mitään uutta. Sen sijaan uutta on juuri tämä lupaus vapahduksesta, joka ei perustu johonkin ylimaalliseen entiteettiin. Vapahdus on Learsin mukaan ensimmäistä kertaa historiassa pelkästään itsestä kiinni. (Lears 1983, Madsenin 2014 mukaan.)

Rimke kutsuu psykosentrismiksi näkemystä, jonka mukaan kaikki inhimilliset ongelmat ovat yksilön mielen tai ruumiin sisäsyntyisiä patologioita ja näin vastuu terveydestä ja sairastumisesta, menestyksestä ja epäonnistumisista on yksilöllä (Rimke 2000; 2010a; 2010b, Rimken & Brockin 2012, 183 mukaan). Nykyaikaisen terapeutin kulttuurin analyysin myötä Rimke ja Brock (2012, 183) pyrkivät havainnollistamaan, miten valta-tieto-suhteet lävistävät arkisen itsestäänselvyyksistä punotun maailmamme. He suuntaavat katseen siihen, kuinka tietty tieto saavuttaa totuuden statuksen ja kuinka subjektit muotoutuvat psy- ja lääketieteellisen asiantuntijatiedon kautta. Näiden asiantuntijaryhmien vaikutusvallan nousu ilmentää Rimken ja Brockin mukaan sellaisen asiantuntijatiedon kehitystä, jossa pyritään ymmärtämään, selittämään ja kontrolloimaan ihmisten käyttäytymistä tieteelliseen rationaliteettiin tukeutuen. Vallitsevien ajattelutapojen luonnollisuuden voi haastaa tutkimalla tiedon muotojen historiaa, vallan harjoittamista ja subjektien muotoutumista. Psy-diskurssien valtaa tulisi Rimken ja Brockin mukaan tarkastella niiden arkisten seurausten kautta – sen, kuinka ne kietoutuvat elämän kudokseen, yhdistäen ja erottaen sekä tuottaen ja rajaten liikettä. (Mt., 183–184.)

Psy-tieteet tarjoavat kokoelman tietoa, joka kategorisoi ongelmat yksilöllisiksi puutteiksi tai patologioiksi tarkastelematta yhteiskunnallista kontekstia tai puitteita, jotka määrittelevät tai tuottavat nuo kokemukset ja erot. Vaikka ihmisten välillä on kiistatta eroja, ei ole yhdentekevää, miten niitä jäsentää. Psy-kompleksi luokittelee ja hierarkisoi erot binäärisiin kategorioihin, kuten hyvä/huono, terve/sairas, normaali/epänormaali, moraalinen/moraaliton. Hyvinvointi on yhdistynyt kulttuurisesti määräytyneisiin normaaliuden hahmotuksiin ja käytäntöihin. Tuottavien subjektien on oltava terveitä, kunnollisia, tottelevaisia, tehokkaita ja

itseohjautuvia, jotta he voivat ylläpitää uusliberalismia heikkenevässä ja jatkuvasti muuttuvassa globaalissa taloudessa. (Rimke & Brock 2012, 198.)

Psykologia toimii yksityisen ja poliittisen kentän liitoskohtana (Madsen 2014, 1). Ainakin 1990-luvulta asti politiikassa on pyritty lisäämään kansalaisten osallistumista hallintoon yksilöllistämällä vastuuta, räätälöimällä julkisia palveluita kansalaisasiakkaille sekä tuottamalla poliittisia toimintaohjelmia yhdessä yhteisöjen kanssa (Pykett ym. 2017, 1). Poliittisessa päätöksenteossa konsultoidaan käyttäytymisen asiantuntijoita, jotka kertovat, miten kansalaiset käyttäytyvät ja miksi sekä miten osana tiettyjen poliittisten ongelmien ratkaisua heidän käyttäytymistään voidaan muuttaa. Tässä kontekstissa on Pykettin ja kumppanien (2017, 2) mukaan muodostunut ”käyttäytymisen muuttamisen teollisuus”, johon lukeutuu toimijoita eri sektoreilta.

Käyttäytymisen muuttamisen teollisuus tukeutuu lääketieteen paradigmaan, psykologian teorioihin ja kokeellisiin menetelmiin, käyttäytymisekonomiaan sekä neurotieteisiin. Nämä tieteenalat ovat osaltaan muotoilleet sitä, mitä Pykett ym. kutsuvat psykologisiksi hallinnan muodoiksi. He määrittelevät psykologisen hallinnan pääasiassa valtion harjoittamaksi poliittiseksi toiminnaksi, jonka tavoitteena on muokata yksilöiden, ryhmien ja kokonaisten populaatioiden käyttäytymistä käyttäytymistieteiden ja psykologian tieteenanalan avulla. Tähän osallistuu monia valtiollisia instituutioita, voittoa tavoittelemattomia organisaatioita, kaupallisia toimijoita ja kansalaisjärjestöjä. (Pykett ym. 2017, 2.)

Psykologinen hallinta viittaa erityisesti interventioihin, jotka on suunnattu tietoisten ja tiedostamattomien ajatusten sekä toiminnan rajapintaan, ja joissa yhdistyvät tunnereaktiot ja rationaalinen harkinta. Klassisen taloustieteen rationaalinen ekonominen toimija on korvaantunut sotkuisemmalla käsityksellä ihmisestä. Ottaessa huomioon tunteet ja ihmisten taipumuksen tehdä virheitä, on valtion tavoitteena muotoilla ohjelmia, joilla ihmisiä ohjataan psykologisen hallinnan keinoin kohti haluttua käyttäytymistä. (Pykett ym. 2017, 2–3.)

Positiivinen psykologia, onnellisuusdiskurssi ja tunnekapitalismi

Kehityspsykologialla on ollut jo pidempään vakiintunut asema kasvatustieteessä ja siten koulujen käytäntöjen taustalla, mutta sen rinnalle on tuoreeltaan tullut muun muassa positiiviseen psykologiaan ja tietoisuustaitoihin (*mindfulness*) liittyviä toimintatapoja (Saari 2016b). Helsingin yliopiston kasvatustieteellisessä tiedekunnassa järjestettiin tämän tutkielman viime hetkillä kasvatustieteen erikoiskurssi (5 op) *Positiivinen kasvatus* itsenäisenä verkko-opiskeluna.²⁰ Kurssisivun mukaan kurssilla tutustutaan positiiviseen psykologiaan ja positiiviseen kasvatukseen sekä opitaan vahvuuskeskeisyydestä, onnellisuudesta tutkimuksen kohteena, resilienssistä ja positiivisesta CV:stä. Opintojakson suoritettuaan opiskelija on tutustunut luontevahvuuksien tutkimiseen ja opettamiseen sekä ymmärtää hyvinvoinnin opettamisen perusteita. (Helsingin yliopisto 2020b.)

Positiivinen psykologia on 1990-luvun lopulta eteenpäin saavuttanut laajaa suosiota koulutuksen, yritysten, poliittisen päätöksenteon ja terapeuttisten käytäntöjen parissa. Siinä huomio kiinnittyy neuroosien, psykoosien ja häiriöiden sijaan erilaisiin myönteisiin pidettyihin tunteisiin ja tiloihin, kuten ilo, virtaus, hyvinvointi ja onnellisuus. (Binkley 2017, 42–43.) Positiivisen psykologian liikkeellepanijat, Martin E. P. Seligman ja Mihály Csíkszentmihályi, halusivat tutkia sitä, mikä saa ihmiset kukoistamaan (ks. Seligman & Csikszentmihalyi 2000). He väittivät, että onnellisuutta voi mitata objektiivisesti ja tieteellisesti empiirisen kliinisen tutkimuksen avulla, ja sitä voi kontrolloida soveltuvilla terapeuttisilla tekniikoilla. Onnellisuuden diskurssi otti tuulta alleen vuonna 2002 julkaistusta Seligmanin kirjasta *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*, josta tuli nopeasti alan keskeinen opinkappale. Se otettiin käyttöön akateemisen psykologian, liiketoiminnan, poliittisen päätöksenteon sekä itseapukirjallisuuden kentillä. (Binkley 2017, 43.)

Positiivinen psykologia, ja sen kyliäisenä onnellisuusdiskurssi, on saavuttanut aseman itsenäisenä ja menestyksekkäänä tieteenalana. Sillä on myös ollut merkittävä

²⁰ ”Positiivinen kasvatus (5 op) on Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamassa ’Tuetaan yhdessä! Monialainen ja digitaalinen yhteistyö oppimisen tukena’ -hankkeessa kehitetty opintojakso. Opintojakson on tehnyt Lotta Uusitalo-Malmivaara Helsingin yliopistosta. Opintojakso toteutetaan ensimmäisen kerran Oulun yliopiston kasvatusalan opiskelijoille 28.10.2019-31.3.2020.” (Helsingin yliopisto 2020c.)

vaikutus ”yksilöiden, yhteisöjen ja organisaatioiden hallintaa ja johtamista koskeviin käytäntöihin”. (Saari & Harni 2015.) Uusliberalismia käsittelevässä hallinnallisuuden tutkimuksessa on tunnistettu onnellisuus yrittäjähenkisen subjektin välineenä tai resurssina (Binkley 2017, 38). Onnellisuus on ihmisen elinvoiman ja loputtoman potentiaalin ilmaus ja sen eteen on tehtävä töitä:

En väitä, että onni tulisi ilmaiseksi tai nopeasti, tuosta vain nappia painamalla. Ei se minullekaan tullut. Onnen eteen taistelu on jokapäiväistä puuhaa, se ei koskaan lopu. Mutta mihinkään ei pääse ennen kuin aloittaa, eikä voi aloittaa ennen kuin uskoo, että on toivoa paremmasta.

(Toivon (ja Disneyn) kautta huomiseen, Tarinat, Nyyti.)

Onnellisuuskurssin mukaan hyvinvointi ja onnellisuus ovat kiinni siitä, kuinka suhtaudut elämääsi. Kiitollisuusharjoitukset ja myönteinen ajattelu ovat avaimia vastoinkäymisistä selviämiseen. (Binkley 2017, 44.)

Itse en usko, että syyttelyllä, kurilla tai piiskaamisella pääsisi pitkälle. Mielestäni myötätunto: hyväksyntä, kannustus, kehuminen ja kiittäminen voi viedä paljon pidemmälle. Kun itseä kohtelee hyvin, se parantaa heti mielen hyvinvointia ja vaikuttaa täten kaikkeen. Sillä ei pääse kovin pitkälle, että taistelee itseään vastaan ja on itse itsensä vihollinen. Myötätunto kehittää sinua parempaan suuntaan, auttaa kasvamaan henkisesti ja luo positiivisia tunteita sekä ajatuksia. Myötätunto on minulle sitä, että olen oikeasti itseni ystävä, olen itse itselleni elämän tukipilari.

(Oikeasti itseni ystävä, Tarinat, Nyyti.)

Onnellisuuden uusi teknologia ei ole suunnattu vain masentuneille ja muihin mielenterveyden häiriöön sairastuneille vaan se on tarjolla keskivertoihmisille, ”tavallisille kansalaisille”, jotka vain haluavat enemmän irti elämästä. Onnellisuus on näin Binkleyn mukaan kätevä mekanismi, jonka avulla kenestä tahansa voidaan tehdä psykologinen subjekti. Tämän voi katsoa demokratisoivan psykologiaa – sinun ei tarvitse olla sairas voidaksesi hyödyntää psykologian antia. (Binkley 2017, 38.) Positiivinen psykologia määrittelee onnellisuuden koko ihmiskunnan yhteiseksi elämää ohjaavaksi tavoitteeksi (Saari & Harni 2015). Antti Saari ja Esko Harni (2015) käsitteellistävät Seligmanin ajattelusta lähtöisin olevat näkemykset hegemoniapyrkimyksiksi. Niiden kautta positiivinen psykologia hakee asemaa kokonaisvaltaisena tapana hahmottaa ihmiselämää. Paikalliset kysymykset kääntyvät

universaaleiksi ja yhä uudet asiat jäsennetään onnellisuuden ja hyvinvoinnin tavoittelun kautta. (Mt.)

Onnellisuus on niiden ongelma, joilla ei ole muita ongelmia. Sen avulla saadaan myös hyväosaiset kansalaiset yksilökeskeiseen täyttymysjahtiin, jolla ei ole päätepistettä. Onnellisuus ei siis ole pelkkä lupaus, vaan se on vaade, joka pitää tiukasti otteessaan. Se on houkutteleva – kuka voisikaan kieltäytyä onnen tavoittelusta? Kuka voisi väittää, ettei onnellisuus kannata? Onnettomuus ja vaillinainen onni muodostuvat onnellisuuskurssissa ongelmaksi. (Binkley 2017, 38.) Itseään voi aina työstää, asennetta parantaa ja elämää säätää optimaalisen onnellisuuden nimissä (ks. Saari & Harni 2015).

Saaren ja Harnin (2015) mukaan positiivinen psykologia onnistuu täyttämään ihmisten koko elämän ajan onnellisuuden odottamisella ja tavoittelulla. Vielä toteutumaton avoin tulevaisuus ja sen mahdollisuudet pyritään saattamaan psykologisen työstämisen kohteeksi ja psykologisen tiedon käytännön sovellutusten, *psykoteknikoiden*, avulla hallittaviksi. (Mt.; ks. myös Saari 2016b.) Onnellisuus muuttaa psykologista ongelmanmäärittelyä perustavanlaatuisella tavalla. Se asettaa sille aivan omanlaisensa ajallisuuden, jonka kautta mielenterveyden demokratisoituminen ja positiivisen psykologian lupaama voimaantuminen toteutuvat. Siinä on kyse energioiden suuntaamisesta, tulevaisuuden kartoittamisesta, toivosta, loputtomasta kykyjen kehittämisestä ja rikastuttavien kokemusten haalimisesta. Toisin kuin menneisyyteen pureutuva psykoterapia, onnellisuuden tavoittelu suuntautuu avoimeen, mahdollisuuksilla kyllästettyyn tulevaisuuteen, se taktikoi ja pyrkii hakemaan aina entistä suurempaa affektiivista vastinetta elämän investoinneille. (Binkley 2017, 39.)

Miksi pitäisi tyytyä ihan kivaan, kun voi opiskella jotakin, mikä on ihan huikeaa?

(Huikeaa fiilistä etsimässä, Tarinat, Nyyti.)

Kun onnellisuus on kaikkien tavoiteltavissa, jos et saavuta onnea, olet epäonnistunut täyttämään inhimillisen potentiaalisi (Binkley 2017, 38). Opiskelun pitäisi olla emotionaalisesti palkitsevaa, tai ainakin viimeistään valmistumisen jälkeisen työn tulisi tuoda mukanaan sen pitkään odotetun täyttymyksen, jotta panostus niihin olisi ollut kannattava.

Mikään ei valmistanut minua siihen, miten suuri kriisi valmistuminen voisi olla. En tiennyt, miten suhtautua siihen outouden ja ulkopuolisuuden tunteeseen, joka minut valtasi, kun kuuntelin tuttavien juttuja siitä, miten he kokivat olevansa tismalleen oikeassa paikassa ja miten he intoa puhkuen suuntautuivat tulevaisuuteen valitsemallaan alalla. Olin totta kai iloinen heidän puolestaan, mutta samaan aikaan koin myös syyllisyyttä ja häpeää siitä, etten tuntenut samoin.

(Kun valmistuminen on kriisin paikka, Tarinat, Nyyti.)

Kapitalismi valjastaa yhä uusia elämän osa-alueita arvontuotantoon. Puhutaan esimerkiksi psykologisesta pääomasta. Se perustuu ajatukseen, että yksilöillä on psykologisia resursseja, joita tietynlainen ajattelu, käyttäytyminen ja hyvinvointi synnyttävät. Tähän liittyy myös oletus, että näitä tapoja voi jalostaa valmennuksen keinoin. Saari ja Harni lainaavat Työterveyslaitoksen julkaisua positiivisesta psykologiasta ja listaavat psykologisen pääoman ulottuvuuksia. Julkaisun mukaan se koostuu tulevaisuususkosta, optimismista, sinnikkyydestä sekä itseluottamuksesta. (Saari & Harni 2015.)

Yhtenä keskeisenä kapitalismin uutena välineenä ovatkin tunteet. Jos teollisen vallankumouksen aikana tunteet piti jättää tehtaan ulkopuolelle, ne on nyt palvelualojen kasvun ja tietotyön myötä valjastettu osaksi arvontuotantoa. (Illouz 2007, Binkley 2017, 37 mukaan.) Tunteista on tullut inhimillistä pääomaa ja voidaan puhua ”tunnetyöstä”, ”tunnekapitalismista” tai laajemmin taloudellisen ja sosiaalisen elämän ”tunteellistumisesta”, joka edellyttää tunteiden tuottamista, kehittelyä ja hallintaa uusilla ja entistä aggressiivisemmilla tavoilla (Holmes 2010; 2015, Binkley 2017, 37 mukaan).

Tunteet eivät ole vain asiakaspalvelijan työväline, jolla hymy pysyy huulilla kahdeksan tuntia päivässä asiakkaiden käytöksestä riippumatta, vaan niistä on Binkley (2017, 37) mukaan tunteellistumisen prosessien kautta tullut perustavanlaatuisia eksistentiaalisia resursseja, joilla varustaudutaan kohtaamaan arjen riskit ja epävarmuudet. Tunteet ovat nyt menestyksen ja toimijuuden välineitä mutta niiden avulla myös puolustaudutaan alati muuttuvan, epävarmuuksista tiheän maailman uhilta (mt.). Subjekti ei seiso pahaa aavistamattomana näiden riskien edessä vaan hän osaa odottaa niitä. Se on uusliberaalin subjektin perustila – tieto siitä, ettei turvaa ole, että pohja voi pudota milloin vain. Varaudu pahimpaan. (Ks. Saastamoinen 2010.)

Ja kun turvaa ei ole, on seurauksena ahdistus. Kuten jo johdannossa mainitsin, Institute for Precarious Consciousness -kollektiivi (2014a) kytkee tunteet sosioekonomiseen ja poliittiseen kontekstiinsa. He teoretisoivat, että jokaista kapitalismin kierrosta vastaa jaettu affektiivinen reaktio: kurjuus oli modernin ajan vallitseva affekti, kun taas Fordistisen järjestelmän myötä tilalle tuli tylsyys ja nyt prekaaria uusliberalistista kapitalismia sävyttää juuri ahdistus (IPC 2014b; 2014a; 2017). Vähämäki puolestaan puhuu kirjassaan *Itsen alistus* (2009) kapitalismin ruokkimasta ahdistuksen mustasta aukosta:

Joka tapauksessa persoonallisuuteen sidotuksi muuttuessaan työ muodostaa yhä enemmän, Félix Guattaria lainaten, "ahdistuksen mustan aukon", joka kaikuu kaikissa erityisissä töissä ja toimissa. Se kietoutuu ruumiiseemme ja sieluumme tai mieliimme toisin kuin edeltävät työn ja vaivan muodot: on oltava aina valmis, kyvykäs, käytettävissä ja vielä kaunis; ikään kuin klassisen filosofian hyvä, kaunis ja tosi olisivat kääntyneet konkreeteiksi ja painostaviksi ulkoisiksi vaatimuksiksi, joita ei enää tavoitella yhdessä ja joihin pyritään yksin; niistä on tullut vaivaa ja puurtamista, joita tehdään jonkun niistä korkeamman päämäärän takia, päämäärän, jota kukaan ei kuitenkaan tunne.

(Vähämäki 2009, 50.)

Ajattelen tunteita tässä tutkimuksessa hieman samansuuntaisesti kuin kokemusta, jota kuvasin tutkijaopiskelijan positiota käsittelevässä luvussa Scottin (1992) näkemyksiin nojautuen. En siis jäsennä tunteita psykologisen kehyksen kautta vaan ymmärrän ne IPC:n ja Vähämäen kaltaisesti historiallisesti tuotettuina ja yhteiskunnallisesti raamitettuina sekä valtaan kytkeytyneinä.

Itseapu ja yksilökeskeinen hyvinvointinäkökulma

Psykologiasta on terveyden rinnalla tullut rajaton ja loputon projekti (Madsen 2014, 3) ja hyvinvoinnista itsestäänselvästi hyvä ja tavoiteltava asia – ideaali, jota kohti pyrkii (McLeod & Wright 2016, 777). Madsen (2014, 3) lainaa Maailman terveysjärjestön WHO:n (2006, 1) määritelmää terveydestä vuodelta 1948: ”Terveys on täydellisen fyysisen, henkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila, ei pelkästään sairauden tai vaivan puutetta”. Terapiakulttuuriin kuuluukin itsestä huolehtiminen. Vaikkei koskaan kävisikään terapeutin vastaanotolla, on meidän suotavaa toimia henkisen hyvinvointimme eteen. (Rimke & Brock 2012, 195.)

Keskittyminen yksilölliseen vastuuseen ja tilivelvollisuuteen on ilmentynyt rinta rinnan julkisten palveluiden, mukaan lukien terveydenhuollon, purkamisen kanssa, mikä on pakottanut yksilöt kantamaan institutionaalisen rapautumisen seuraamukset. Rimke ja Brock jäljittävät yksilökeskeisen hyvinvointinäkökulman juuria 1960- ja 1970-lukujen ihmisoikeusliikhdintään, jolloin taisteltiin henkilökohtaisen ja sosiaalisen vapautuksen eteen kollektiivisen vastarinnan keinoin. 1970- ja 1980-luvuilla feministinen terapialiike syntyi hoitamaan ja parantamaan patriarkaalisin maailman aiheuttamia haavoja. 1990-luvulla Gloria Steinem taivutti 1960-luvun naisasia- ja ihmisoikeusliikkeen tunnuslauseen ”henkilökohtainen on poliittista” tarkoittamaan keskittymistä itseen ja omaan sisäiseen vallankumoukseen. Henkilökohtaisen muutoksen korostaminen yhdistettynä kilpailulliseen yksilökeskeisyyteen on ajan saatossa nakertanut sosiaalisten liikkeiden pyrkimyksiä kollektiiviseen vastarintaan sosiaalisen oikeudenmukaisuuden ja yhdenvertaisuuden puolesta. 1970-luvulta asti sekä uusliberalismin että terapiakulttuurin keskiössä on ollut *minä* eikä *me*. (Rimke & Brock 2012, 196–197.)

Nyt istun kotona yleiskokouksen sijaan. Edistän yksilöllisiä tavoitteitani yhteisöllisten sijaan. Huomenna olisi lakko. Tärkeä asia. Ja minä huolehdin vain itsestäni. Teen omia hommiani ja käyn psykoterapiassa. Ja vältän massatapahtumaa, koska ahdistun helposti ison ihmisjoukon keskellä. Minäminäminä. Se on tämän päivän ja huomisen sana. Hävettää. Omatunto kolkuttaa. Mutta toisaalta koen tämän jossain mieleni hallitsevissa sopukoissa oikeutettuna. Ja se ehkä hävettää kaikista eniten. Että se vallan muoto (terapisoitumisen eetos?), joka kääntää katseemme itseemme ja saa meidät huolehtimaan omista tunteistamme isompien ja tärkeämpien asioiden sijaan, sekä se vallan muoto (uusliberalistinen ideologia?), joka saa meidät panostamaan

omaan henk.koht. pärjäämiseemme työmarkkinoilla, koulutuksessa, elämässä ylipäättään VS. osallistumaan kollektiiviseen toimintaan ja ajamaan yhteistä etua, ovat ne, jotka tahdittavat elämääni näinä päivinä. Ne saavat minut tuudittautumaan kotini turvaan hankalan mielenosoituspaikalle siirtymisen ja siellä näin kokemattomana [...] pelottavan olemisen sijaan. Ajattelen minua, en niitä muita, joita nämä leikkaukset koskevat. Ja nehan koskevat minuakin mutta asetan oman tämän hetken mukavuuteni isompien kysymysten edelle – kuinka nykyaikaista.

(JdSG, pöytälaatikkokirjoituksia 17.9.2015.)²¹

Yksilökeskeisyys yhdistää uusliberalismia ja psykologiaa (Madsen 2014, 7). Psykosentrismi on Rimken ja Brockin (2012, 198) mukaan yhteneväinen uusliberalismin rationaliteetin kanssa ja se dominoi kulttuurista maisemaa peittäen laajamittaisten ja epäoikeudenmukaisten poliittisten ja sosiaalisten rakenteiden, diskurssien ja käytäntöjen vaikutukset ihmisten elämään. Itseapu paikkaa puuttuvia julkisia palveluita, eikä ihmekään, että se on saanut niin laajamittaista suosiota. (Mt., 197–198.)

Terapeutin vastaanotto, vertaistukiryhmä ja blogi – kuten myös tässä tutkielmassa lainaamani pöytälaatikkokirjoitukset ja gradupäiväkirjamerkinnät – voidaan nähdä esimerkkeinä moderneista tunnustamisen käytännöistä (Valverde 1985, Rimken & Brockin 2012, 194 mukaan). Foucault kutsuu modernia ihmistä ”tunnustavaksi eläimeksi”. Papin sijaan käännyimme psy-analyysien puoleen saadaksemme neuvoja, lohtua ja suunnan. Foucault esitti, että tunnustamisessa ei paljasteta, vaan luodaan itseä. Itseapuoppaat voivat kehottaa meitä löytämään totuuden itsestämme, mutta foucault’laisittain ajateltuna asiantuntijadiskurssit muovaavat yksilön käsityksiä itsestään. Tunnustamisen käytännöt ovat siis subjektin muodostamisen käytäntöjä. Sovellamme Rimken ja Brockin mukaan Foucault’n nimeämiä minätekniologioita diagnosoidaksemme ja luokitellaksemme itsemme. Minätekniologioiden kautta tulemme hallituksi, hallitsemme itseämme ja muita. (Rimke & Brock 2012, 194–195.)

Kaikki lähtee minusta itsestäni. Elämässä tulee aina vaikeita asioita vastaan. On osattava hyväksyä, että joitakin asioita ei voi muuttaa. Menneisyyttä ei voi unohtaa tai

²¹ Toisaalta: tässä on myös vahvasti läsnä vastuuntunto, ja ableistinen ajatus siitä, että kaikkien pitäisi toimintakyvyn variaatioista huolimatta osallistua tuollaiseen massatapahtumaan (JdSG, oma kommentti gradun käsikirjoitukseen 13.4.2020).

pyyhkiä pois. Se on osa minua ja muovaa minua. On kuitenkin oma valintani, annanko sen estää minua kehittymästä vai otanko vaikeat asiat osaksi minua, vahvuuksina.

(Kuka minut pelastaa? Tarinat, Nyyti.)

Itseapugenre ammentaa resilienssin psykologisesta tutkimuksesta ja tarjoaa keinoja kehittää ja vaalia sinnikkyyttä ja joustavuutta tunne-elämän tavoitteiden määrittelyn kautta (Reid 2012, Evans & Reid 2014, Binkleyn 2017, 37 mukaan). Rimke ja Brock (2012, 195) selittävät itseapukirjallisuuden suosiota kolmella tekijällä. Ensiksi ne lupaavat henkistä ja fyysistä hyvinvointia sekä sosiaalista ja taloudellista menestystä. Toiseksi ne asettavat normaaliuden tai mielenterveyden kaikkien saavutettavaksi. (Mt.) Mielenterveys ei ole enää kiinni siitä, onko varaa maksaa terapeutista tai pääseekö julkisten palveluiden portinvartijoiden läpi hoitoon. Kuka tahansa voi ostaa tai lainata itseapukirjan ja auttaa itseään. (Mt.; ks. myös Binkley 2017, 38.) Kolmanneksi ne voivat todella olla avuksi. Niiden tarjoamat neuvot voivat olla hyödyllisiä ja auttaa meitä suhtautumaan itseemme lempeämmin ja tulemaan paremmin toimeen toistemme kanssa. Meistä voi tulla "parempia" ihmisiä näiden itseapuoppaiden myötä, mutta Rimke ja Brock kysyvät: parempia kenen määritelmän ja arvion mukaan? (Rimke & Brock 2012, 195.)

Hyvinvoinnista on Julie McLeodin ja Katie Wrightin (2016) mukaan tullut hyvän elämän mittana käytetty avainsana nuoria koskevassa sosiaalipolitiikassa. Hyvinvointi yhdistetään usein fyysiseen terveyteen sekä mielenterveyteen ja sen indikaattoreina käytetään kaikkea subjektiivisista onnellisuuden ja tyytyväisyyden kokemuksista taloudellisiin tekijöihin ja perustarpeisiin, kuten turvaan. Käsitykset hyvinvoinnista – mitä se on ja miten sitä voi edistää – suuntaavat ihmisten arkisia jäsennyksiä elämästään sekä laajempia sosiaalipoliittisia diskursseja ja käytäntöjä. (Mt., 1.) Rimke ja Brock (2012, 198) esittävät, että psy-kompleksi on 2000-luvulla tullut vaikutusvaltaisimmaksi ihmisyyden ideaalin määrittäjäksi. Sen tehokkuus on sen moninaisuudessa: kukaan ei koskaan voi olla tarpeeksi hyvä. Meitä ohjataan olemaan itsekriittisiä ja arvioimaan myös toisiamme. (Mt.)

McLeod ja Wright (2016, 777) esittävät, että hyvinvointi käsitteenä ja lupauksena raamittaa yhteiskunnallisia ja koulutuksen käytäntöjä normalisoimalla tietynlaisia käsityksiä terveistä ja epäterveistä olemisen tavoista ja säätelee näin niitä puitteita, joissa nuorten subjektiviteetit muotoutuvat. Itsen työstämisen projektit ovat aina

kontekstuaalisia ja kulttuurisidonnaisia. Me opimme, mitä tavoitella, mitä välttää, mistä taputtaa itseämme selkään ja mistä tuomita, kuinka käyttäytyä missäkin yhteydessä. Samalla kun itseapuasiantuntijat tarjoavat totuuksia hyvästä elämästä, hyvästä itsestä ja strategioita näiden saavuttamiseksi, normaali ja siten myös epänormaali tulevat määritellyiksi. (Rimke & Brock 2012, 196, 198.) Myös Naskalin aineistossa esiin noussut opiskelijoiden itseensä kohdistama reflektion vaade kielii subjektivaatiosta, jossa yksilö katsoo itseään ikään kuin ulkoa päin ja peilaa näkemäänsä normeihin. Kaiken, mikä ei istu normeihin, yksilö pyrkii kitkemään. (Naskali 2010a, 87; ks. myös Vähämäki 1998, 145.)

Opettele tunnistamaan itsessäsi piileviä ”vikoja” ja aloita niiden korjaaminen. Tähän tarvitaan usein paljon itsetutkiskelua sekä ystävien tukea, mutta kun olet sen tehnyt, voit auttaa heitä takaisin. Kannattaa aina pyrkiä kehittämään itseään koko ajan, sekä fyysisesti että henkisesti.

(Ole valmis kasvamaan, Tarinat, Nyyti.)

Sairauden ja epänormaalin alueet eivät ole ainoastaan tulleet laveammiksi, vaan psy-tiedon avulla muovataan elämää ylipäänsä. Psy-diskurssi ja siihen liittyvät tekniikat koskevat yhä enemmän kaikkia ja kaikkea. Työ, opiskelu, ihmissuhteet, perhe, vanhemmuus – psy-tietoa voi soveltaa minkä tahansa elämän osa-alueiden tuunaamiseen.

Uusliberaalin ihanneopiskelijan haamu

Se kummittelee... lymyää aivan selkäni takana, vasemman hartiani seudulla. Se kuiskuttaa läsnäoloaan, mutta katsoessani olen taakse en näe mitään. Silti pääni kääntyessä takaisin tietokoneen näytölle tiedän sen olevan siellä. Kuka tämä on, tämä aave²², joka muistuttaa minua siitä, kuinka kelvoton opiskelija olen? Kuinka tämäkin tehtävä olisi pitänyt jo saada valmiiksi. Kuinka muut selviävät kursseista vähemmällä vaivalla ja jaksavat paremmin. Menetetty päivä. En saanut mitään konkreettista opiskeluun liittyvää aikaiseksi. Vätys. Se yksi sai kesällä tehtyä gradua. Toinen on kerännyt kauhean ison aineiston ja tehnyt töitä siinä samalla. Kolmas keräsi haaviinsa 40 opintopistettä keväältä. Ja haamu muistuttaa, että 60 op olisi se sovelias määrä opintopisteitä per lukuvuosi. Ei, se ei ollutkaan se haamu vaan yliopisto, joka saa valtiolta rahoituksensa sen mukaan, kuinka moni opiskelija suorittaa ensimmäisen opiskeluvuotensa aikana vähintään 55 op ja valmistuu aikataulun mukaan. Joten koska raha liikuttaa yliopistoa, yliopisto liikuttaa opiskelijoita rahan vaatimaan suuntaan. Siis opiskelutahdilla on väliä. Valmistumisella on väliä.

(JdSG, pöytälaatikkokirjoituksia 7.9.2016, osa 1.)

<3 Mun ystävä, joka palautti gradunsa pitkän työn tuloksena, just sanoi eilen, että "en oo kyl aiemmin rehkinyt minkään epäonnistumisen kanssa näin paljon" ja mietti, että kehtaako edes juhlia valmistumistaan, "koska gradu on niin paska ja siinä meni niin pitkään". Samalla hän tiedosti sen, miten absurdilta tää kuulostaa. Se keskustelu on niin tässä ytimessä jotenkin. Ja opiskelijan näkökulmasta se näyttäytyy just sellasena ristiriitana, et ymmärtää miten väärältä se kuulostaa, mut silti painiskelee tuollaisten ajatusten kanssa. Ne ajatukset siitä ihanneopiskelijasta on niin syvälle iskostettu. Opiskelijat itse on oppinut määrittämään itsensä epäonnistujana, jos gradu venähtää tai se ei vastaa "omaa" vaatimustasoa.

Myös se tunne, että se gradu/opinnot määrittää mut, on niin voimakas, vaikka sitä vastaan taistelee miten kovasti.

(Stiina²³, 17.11.2018.)

Identiteettejä voidaan tarkastella instituutioiden, käytäntöjen ja diskurssien seurauksina (Butler 2006, 41). Tämän keskeisen jälkistrukturalistisen ajatuksen

²² Marja-Liisa Trux (2009) kirjoittaa akateemisen kirjoittamisen normeja ruotivassa esseessään nerouden haamusta.

²³ Stiina on opiskeluystäväni edellisistä yliopisto-opinnoistani. Hän on kommentoinut tätä työtä useampaan otteeseen ja on antanut luvan kommenttinsa käyttöön osana tutkielmaa. Hän esiintyy tässä omalla etunimellään.

mukaan subjekti on performatiivisesti rakentunut seuraus, ei syy (Hey 2006, 443; ks. myös Naskali 2010a, 76). Kyse ei siis ole jonkin ihmisessä lähtökohtaisesti valmiiksi olevan täydentämisestä uusilla aineksilla (Naskali 2010a, 76) vaan subjektien tuottamisesta diskursseissa (Youdell 2006a, 36).

Kuten totesin jo aiemmin, ymmärrän diskurssit tiedon järjestelminä tai tiedon kokonaisuuksina. Mielenterveyden ja hyvinvoinnin voi tämän näkemyksen mukaisesti hahmottaa diskurssina, joka syntyy monenlaisesta asiantuntijatiedosta, kuten lääketieteellisestä, psykiatrisesta, psykologisesta, sosiaalitieteellisestä sekä populaarista tiedosta. Luen tämän laajemman psy-diskurssin toimintaa opiskelijoiden mielenterveyspalveluiden kontekstissa, tarkemmin mielen hyvinvoinnin edistämiseen erikoistuneen voittoa tavoittelemattoman yhdistyksen verkkosivuilla. Tarkastelen, miten psy-diskurssi toimii yhdessä uusliberalismin kanssa ja miten opiskelijat ottavat sen käyttöön.

Foucault'n näkökulmasta subjektit muodostuvat diskurssien kautta, ja diskurssit sekä mahdollistavat että rajoittavat subjekti-identiteettejä. Kuten Bacchi (2009, 214) muistuttaa, subjektifikaatio on hyvin monimutkainen prosessi, joka ei koskaan tapahdu ainoastaan yhden diskurssin sisällä. Opiskelijapositiona määrittävätkin myös monet muut diskurssit, kuten elinikäinen, elämänlaajuinen – nykyisin jatkuva – oppiminen (Kinnari 2020; Ojala 2011; Rinne 2003; Saari 2006; 2016a; Sallila 2003).

Uusliberalismin tavoittelema ihannesubjekti on itseohjautuva, heittäytyy kilpailuun, toivottaa valinnanvapauden ja yksilöllistymisen avosylin tervetulleiksi sekä on kaiken kukkuraksi vielä antaumuksellinen elinikäinen oppija (Ylöstalo 2014, 8; Keskitalo-Foley ym. 2010, 28; Kinnari 2020; Komulainen ym. 2010, 11). Tämän luvun alussa olevasta pöytälaatikkokirjoituksesta ja siihen esitetystä kommentista voi lukea subjektin sisäistä jakautumista (ks. subjektifikaatio-luku). Subjekti on omaksunut aikaansaamista ja huippusuoritusta ihannoivan ja hitautta paheksuvan diskurssin samanaikaisesti, kun kyseenalaistaa niitä.

Ennen kun siirryn lukemaan opiskelijoiden tarinoista itsen työstämistä suhteessa uusliberaalin subjektin ihanteeseen, vastuunottoa sekä ihanteen kyseenalaistamista, esittelen opiskelijoiden tarinoiden pohjalta konstruoimani hahmotelmat ihanneopiskelijasta ja tämän vastinparista, kelvottomasta opiskelijasta. Sekä

ihanteeseen että sen vastinpariin on tiivistetty aineksia eri tarinoista, eli mikään yksittäinen tarina ei vastaa kaikkia hahmotelman ominaisuuksia.

Luen opiskelijan ideaalia, ihanneopiskelijaa tai normiopiskelijaa sekä tarinoissa esiintyvistä suorista kuvauksista että puutteen, vääränlaisuuden ilmaisun hiljaisena viitekohteena, eli sinä, mitä ei sanota (Brunila & Ikävalko 2012). Nimitän tätä opiskelijan ideaalia ihanneopiskelijaksi. Tarinoissa ei puhuta tästä mystisestä verrokista suoraan millään nimellä. Lähimmäs tämän hahmon nimeämistä tulee eräs opiskelija, joka kirjoittaa prokrastinoinnista, jonka suomennan tässä vitkutteluksi. Hän viittaa ajanhallintataitoisiin opiskelijoihin leikkisästi *minuutinvenytyksen mestareina* ja *antiikin jumaliin verrattavissa olevina kuolevaisina*. Olen jaotellut ihanneopiskelijan tavoiteltavat, tai ainakin oman toiminnan peilauskohtana toimivat ominaisuudet viiteen kategoriaan: elämänhallinta, sosiaalisuus, koulutuspolku, elämänasenne, hyvinvointi/mielenterveys.

Kun edellä sanoin, ettei ihanneopiskelijasta puhuta millään nimellä, niin tämän ideaalin vastinparilla eli normista tai ihanteesta poikkeavalla opiskelijalla on puolestaan monta nimitystä. Häntä kuvataan adjektiiveilla ”vääränlainen”, ”pahamaineinen” ja ”erilainen” tai substantiivilla ”epäonnistuja”. Eräs opiskelija nimeää sen ”kykenemättömäksi hylkiöksi”. Itse olen kutsunut tätä hahmoa pöytälaatikkokirjoituksissani *kelvottomaksi vätykseksi*. Luen vääränlaisuutta muun muassa niistä kohdista, joissa opiskelijan ominaisuudet, tarpeet, tai elämäntilanne eivät sovi yhteen yliopiston käytäntöjen kanssa.

Ihanneopiskelija

Ihanneopiskelijan opinnot lähtevät heti hyvin käyntiin, hän pärjää korkeakoulussa ja suoriutuu jopa erinomaisesti opinnoistaan. Ihanneopiskelija on motivoitunut, tavoitteellinen ja tekee kovasti töitä opiskelun eteen. Hän suunnittelee huolella aikataulut ja pitäytyy niissä. Tehtävien tekemisen hän aloittaa tietysti hyvissä ajoin ja kykenee vastustamaan vaihtoehtoisten ajanviettotapojen kutkuttavia houkutuksia. Hän jää luentojen jälkeen iltapäiväksi tai illaksi yliopistolle tai kirjastoon työskentelemään. Ihanneopiskelija huolehtii optimaalisesta työskentely-ympäristöstä ja on tehokas kiireessä.

Kaikkea tätä kovaa työtä ihanneopiskelija tasapainottaa huolehtimalla jaksamisestaan. Itsestä huolehtiminen pitää sisällään liikuntaa, unta ja terveellistä ravintoa sekä sääntillisen elämänrytmin, joka koostuu varhaisista herätyksistä, säännöllisistä aterioista ja aikaisesta nukkumaanmenosta. Itsenäisyys on tärkeä osa ihanteellisen opiskelijan elämää. Hän pärjää hyvin omillaan ja omaa tarvittavat taidot selvittääkseen arjesta omin voimin. Hän on järjestelmällinen, pitää kotinsa siistinä ja osaa kokata. Hän joko tekee töitä opintojen ohella ja saa siitä hyvää vastapainoa opiskelulle tai sitten ottaa opintolainaa (tai saa taloudellista tukea perheeltään), jonka turvin hän pystyy keskittymään lukuvuoden aikana opintoihin. Elämänhallinta koostuu siis selkeistä tavoitteista, ajanhallintataidoista, itsekurista, itsestä huolehtimisesta ja itsenäisyydestä.

Ihanneopiskelija on ulospäinsuuntautunut ja aktiivinen. Hän sopeutuu helposti uusiin tilanteisiin ja esiintyy itsevarmana ja osaavana tilanteessa kuin tilanteessa. Jos hän on muuttanut toiselta paikkakunnalta opiskelukaupunkiin, hän kotiutuu nopeasti uuteen asuntoonsa ja asuinalueelleen sekä löytää vaivattomasti ystäviä. Sosiaalisuuden normi pitää sisällään vilkkaan seuraelämän opintojen ohella. Tämä tarkoittaa muun muassa osallistumista opiskelijarientoihin. Opiskelun ja bilettämisen lisäksi arkeen mahtuu harrastuksia.

Ihanneopiskelija tietää, minne haluaa opiskelemaan ja mitä haluaa tehdä työkseen valmistumisen jälkeen. Nämä eivät muutu ajan kuluessa. Hän menee siis ammattikorkeakouluun tai yliopistoon suoraan ammattikoulusta tai lukiosta, opiskelee yhden tutkinnon ja vain yhden työelämän kannalta relevantin sivuaineen tavoiteaikataulussa ilman välivuosia tai muita taukoja ja siirtyy valmistuttuaan oman

alansa töihin. Ihanneopiskelijan koulutuspolku onkin selkeä ja lineaarinen. Sillä on selvärajainen alku ja loppu, ja se etenee näiden pisteiden välillä suorinta mahdollista reittiä.

Valmistuminen on ihanneopiskelijalle ilon ja riemun hetki. Hän kokee olevansa tismalleen oikeassa paikassa ja suhtautuu tulevaisuuteensa intoa puhkuen. Tämä on se hetki, johon hänen koko siihenastinen elämänsä on tähdännyt: vihdoin hän pääsee hakeutumaan kiinnostavaan oman alan työhön, jossa hän pystyy soveltamaan opinnoissa kartutettua teoriaosaamista käytäntöön. Juuri tältä alalta valmistuminen ja tuleva työ on toteutunut unelma.

Ihanneopiskelijan elämänasenne onkin ratkaisukeskeinen ja positiivinen. Hän haastaa itseään juuri sopivasti, osaa levätä ja epäonnistua – hän on tasapainossa. Hänen hyvinvointinsa kumpuaa ystävällisestä suhtautumisesta elämäänsä ja ihmisiin. Hän on myötätuntoinen itseään ja muita kohtaan sekä itselleen armollinen. Jos ihanneopiskelija kohtaa vaikeuksia, hän osaa pyytää apua ja työstää itseään. Loppujen lopuksi hän suoriutuu opinnoistaan vastoinikäymisistä huolimatta.

Kelvoton opiskelija

Siinä missä ihanneopiskelijan elämänhallinta koostui selkeistä tavoitteista, ajanhallintataidoista, itsekurista, itsestä huolehtimisesta ja itsenäisyydestä, on kelvottoman opiskelijan elämä jokseenkin hallitsematonta ja kaoottista. Kelvoton opiskelija epäilee valintojaan, ei aikatauluta tekemisiään eikä aloita harjoitustehtävien tekemistä ajoissa tai ollenkaan. Hän vitkuttelee ja on altis houkutuksille, jotka vievät pois opiskelun parista. Kelvottoman opiskelijan arki on epäsäännöllistä: hän nukkuu pommiin, jättää aterioita välistä, ei opiskele iltapäivisin, koska on liian väsynyt, ja menee myöhään nukkumaan. Kelvoton opiskelija on epäitsenäinen eikä pärjää omillaan. Hän ei osaa laittaa ruokaa eikä saa pidettyä kotiaan siistinä.

Kelvoton opiskelija on herkkä hälylle ja muille aistiärsykkeille, jännittää sosiaalisia tilanteita ja tarvitsee niiden jälkeen aikaa rauhoittumiseen. Hän ei voi olla koko ajan muiden seurassa, sillä hän (yli)kuormittuu sosiaalisesta kanssakäymisestä ja ärsykkeiden paljoudesta. Hän ei osaa ystävystyä muiden opiskelijoiden kanssa ja jäätyään yksin, syrjäytyy.

Kelvottoman opiskelijan koulutuspolku on täynnä mutkia, sivupolkuja, harha-askeleita ja pysähdyksiä. Hän epäilee matkan varrella valintojaan, haahuilee ja etsii omaa juttuaan. Hän harrastaa ”erilaisia puolivillaisia sivuainekokeiluja”, ottaa väli vuoden ja vaihtaa opinto-ohjelmaa kesken kaiken. Kelvottoman opiskelijan opinnot venyvät myös siksi, että hän tekee töitä opintojen ohella, koska hän ei halua ottaa opintolainaa. Valmistumisen hetkellä hänet valtaa hämmennys ja pelko siitä, ”onko suunta sittenkään oikea”.

Kelvoton opiskelija on itsekriittinen perfektionisti, joka on armoton itseään kohtaan. Joskus hän on ”kymppintyttö” ja kärsii ”kiltin tytön syndroomasta”. Hänellä on huono itsetunto ja negatiivinen asenne. Kelvottoman opiskelijan voimat eivät riitä opintoihin. Hänellä on mielenterveytensä kanssa ongelmia, jotka jo itsessään tekevät hänestä kelvottoman opiskelijan. Hän on ”henkisesti heikompi kuin muut”, stressaa ja on uupunut ja ahdistunut. Hänellä on huonoja päiviä ja kun tilanne pahenee, hän joutuu sairaalomalle. Kaiken kukkuraksi hän on vääränlainen masentunut, sillä hänen elämänsä ei muistuta selviytymistarinaa eikä hän ilmennä masennusta yleisesti tunnistetulla tavalla.

Edellä olen kuvaillut tutkimusaineistoni tarinoiden pohjalta muotoilemani ihanteellisen ja kelvottoman opiskelijan konstruktioita. Nämä eivät kuitenkaan ole maailmassa sellaisenaan esiintyviä tai toisistaan erillisiä, vaan limittyvät ja nivoutuvat toisiinsa. Monet samat asiat määrittävät sekä ihanteellisen että kelvottoman opiskelijoiden ominaisuuksiksi ja tavoiksi. Erottelu on siis täysin keinotekoinen. Muodostamieni diskursiivisten hahmojen avulla voidaan kuitenkin keskustella opiskelijaelämää tahdittavista arvoista ja normeista. Hahmoteltuani tarinoista piirtyneen opiskelijuuden ihanteen ja kelvottomuuden, siirryn seuraavaksi lukemaan aineistoani itsekurin, vastuun ja vastarinnan käsitteiden kautta.

”Miksi itseä on niin mielettömän vaikeaa saada niskasta kiinni?” – Itseään työstävä opiskelijasubjekti

Pyrin täydellisyyteen kaikessa. Söin terveellisesti ja säännöllisesti itse valmistettua ruokaa. Kulutin viisaasti ja harkitsin tarkkaan jokaisen menoerän. Tein töitä kesäisin ja opintojenkin ohella jopa 30 tuntia viikossa. Ja kun en työskennellyt, opiskelin senkin edestä – tuloksena kolmen vuoden opinnot pakattuna kahteen. Liikuntaa harrastin vähintään kansallisten suositusten verran, arkiaktiivisuutta unohtamatta. Juoksin 15 kilometrin lenkin vaikka aamuseitsemältä, jos päivä oli täyteen buukattu. Olin mukana järjestötoiminnassa. Siispä organisoin tapahtumia, hain apurahoja, kirjoitin toimintasuunnitelmia ja istuin kokouksissa. Tuutoroin. Pidin kotini desinfioidun siistinä ja huolehdin itsestäni. Rentouduin ja tapasin ystäviäni kalenteriin merkittyjen aikojen mukaisesti niin, etteivät tapaamiset häiritse elämän muita osa-alueita. Kesälomaa en pitänyt, en liioin joului- tai pääsiäisvapaitakaan. Ajatus arki-illasta ilman valmista ohjelmaa oli käsittämätön.

(Älä ole all in one, Tarinat, Nyyti.)

Fiktiivisestä suhteesta syntyy mekaanisesti tosiasiallinen alistussuhde. Ei tarvitse turvautua pakkokeinoihin, kun halutaan taivuttaa tuomittu hyvään käyttäytymiseen, mielisairas levollisuuteen, työläinen työntekoon, koululainen ahkeruuteen ja potilas lääkärin määräysten noudattamiseen. [...] Vallan tehokkuus, sen pakottava voima, on tavallaan siirtynyt toiselle eli soveltamistason puolelle. Henkilö, joka on joutunut näkyvyyskenttään ja on siitä tietoinen, omaksuu vallan pakotteet ja antaa vaistomaisesti niiden kohdistua itseensä; hän piirtää itseensä valtasuhteen, jossa hän itse esittää molempia osia, ja hänestä tulee oman vallanalaisuutensa perusta.

(Foucault 2005, 276–277.)

Uusliberalistinen hallinta osoittaa yliopisto-opiskelijoille monenlaisia vaatimuksia. Näiden vaatimusten sisäistäminen, uudelleentuottaminen mutta myös haastaminen näkyvät opiskelijoiden tarinoissa. Yllä oleva ote toimii täydellisen aktiivisen kansalaisen malliesimerkkinä. Se havainnollistaa ihanteen vaativaa kutsua. Aivan kuten Panopticonissa, opiskelija on sisäistänyt vallan ja tullut kurinalaiseksi yksilöksi. Ihanteellinen opiskelija huolehtii itse siitä, että opinnot etenevät vauhdikkaasti, talous pysyy plussalla ja keho kunnossa.

Olen kirjoittanut kuutisen vuotta sitten siitä, kuinka kurityö (ks. Antikainen ym. 2010, 78) on osaltani onnistunut tuottamaan ainakin tietyillä osa-alueilla voimakastakin itsekuria. Tunnollinen herääminen kellon soittoon arkipäivinä seitsemän aikoihin, vaikka en olisi menossa minnekään, ja työskentelyn aloittaminen kahdeksalta ilman, että sitä kukaan ulkopuolinen minulta vaatii, osoittavat itsekuria. Tätä itsekuria minulla ei aina ole ollut, mutta se syyllisyyden tunne, joka on tullut silloin, kun en ole noudattanut tätä rytmiä kertoo, kuinka olen sisäistänyt velvollisuuden työskennellä säännöllisesti tietyn määrän. Se, että ratkaisuksi omasta jaksamisesta huolehtimiselle olen ”valinnut” tiukan työajan ja vapaa-ajan erottamisen toisistaan ja työmäärän maksimiksi juuri 40h/vko, osoittaa sen, kuinka olen muuttunut kurinpidon objektista kurinalaiseksi subjektiksi, kuinka ulkoiset vaatimukset ja odotukset ovat sisäistyneet subjektiviteetiksi. (JdSG, KYK-kurssin²⁴ verkkotentin vastauksen luonnos, Syksy 2014.)

Sielun syntymä merkitsee kurin sisäistämisen pistettä – itsekurin syntymän hetkeä, jolloin kurinpidon objekti on muuttunut kurinalaiseksi subjektiksi, eli pistettä, jossa ulkopuoli taittuu sisäpuoleksi ja jossa ulkoinen sisäistyy subjektiviteetiksi.

(Ojankangas 1992; 1994, Antikaisen, Rinteen & Kosken 2010, 80 mukaan.)

Tuon saman vuoden, 2014, keväällä palautin yli kaksi vuotta tekeillä olleen kauppatieteellisten opintojeni gradun, valmistuin maisteriksi ja aloitin syksyllä edellisten opintojen päättymistä hyllyllä odottaneet kasvatustieteiden opinnot. Tämän nyt käsillä olevan gradun valmistelun kanssa olen jälleen ollut viimeisten kuukausien ajan hyvinkin kurinalainen. Olen omistanut sille arkeni lähes täysin. Herään joka aamu suunnilleen samaan aikaan, pidän säännöllisiä taukoja, lopetan työt täsmällisesti tehtyäni tietyn tuntimäärän. Pidän myös kunnostani huolta. Urheilen useamman kerran viikossa. Viikonloppuisin valvon pidempään, herään ilman herätyskelloa ja teen mitä lystään. Erona tällä nykyisellä aikataululla syksyyn 2014 on se, että työpäiväni ovat lyhyempiä ja aloitukset joustavampia sen mukaan, miten olen nukkunut. Olen viimeisiä intensiivisempiä viikkoja lukuun ottamatta tehnyt hommia noin klo 10–17. Opin jo aikoja sitten, ettei minun kannata uniongelmiäni vuoksi työskennellä iltaisin.

Koska ahdistun ja stressaannun helposti, sopivat säännölliset ja selkeärajaiset työajat minulle epämääräisiä paremmin. Silloin tiedän, että hoidettavia asioita on turha velloa

²⁴ Helsingin yliopiston yleisen ja aikuiskasvatustieteen perusopintojen kurssi *Kasvatus, yhteiskunta ja kulttuuri*.

ympäri vuorokauden, sillä niiden hoitamisen aika on itselleni osoittamana työaikana. Tämä erottelu ei ole ollut minulle aina itsestäänselvyys. Oikeastaan opin sen olevan mahdollista vasta kauppatieteen opintojeni kuudentena vuotena, kun tapasin toisen opiskelijan, joka opiskeli vain virka-aikoina ja veti erittäin tarkan rajan opiskelu-, työ- ja vapaa-aikansa välille. Ennen häntä en todella ollut edes ajatellut, että opiskelija voisi tehdä näin. Minulle oli ollut aivan itsestäänselvää, että opiskelua tehdään ihan milloin vain – iltaisin, öisin, viikonloppuisin, lomat läpeensä. Tämän tyyppiset ratkaisut voi lukea pyrkimyksenä estää itseä putoamasta kaikki elämän alueet vallanneen työn aiheuttaman ahdistuksen mustaan aukkoon (ks. Vähämäki 2009). Kirjoitan opiskelijoiden hyödyntämistä rajanvedon strategioista tarkemmin jäljempänä vastarinnan yhteydessä.

Opiskelija hallinnoi elämänsä eri osa-alueita aina arjen rutiineista, kuten ruokailu, lepo ja liikunta, opiskelun aikatauluihin. Uusliberalistisessa hallinnassa ajankäytön säätely on merkittävässä roolissa (ks. Naskali 2010a, 77). Ajanhallinta onkin suosittu teema sekä itseapupalveluissa että opiskelijoiden omissa tarinoissa. Opiskelijaelämään kuuluu paljon tekemistä. Täysipäiväisen opiskelun ohella voi olla osa-aikaista työtä, järjestötoimintaa, harrastuksia, ihmissuhteita ja hoivavastuita. Näiden kaikkien yhteensovittamisessa voi tarvita tukea eri tahoilta, kuten oppilaitokselta. Korkeakouluopiskelu edellyttää oman työskentelyn suunnittelua ja itsenäistä toteuttamista varsinkin, kun koulutuksen rahoitusta ja sen myötä opintojenohjauspalveluita on leikattu. Seuraukset näkyvät muun muassa tämän ammattikorkeakoulussa opiskelevan kertomuksessa:

Olisin kai voinut täydentää tutkinnon yhdessäkin lukuvuodessa, ainakin teoriassa: kun on perhe ja koti ylläpidettävänä, niin tilaa on jätettävä myös elämälle. Harva on kuulemma pystynyt. Minä ainakin olisin tarvinnut apua tuutoreilta ja opolta. Sitäkin olisi saanut, ainakin teoriassa. Käytännössä tukiverkosto ei vastannut puheluihin tai viesteihin, ja kun monen viikon yrittämisen jälkeen Jonkun tavoitti, sen Jonkun kalenteri oli täynnä organisaatiomuutosta tai matkustamista tai sairauslomaa tai työsuhte päättymässä tai alkamassa tai perehdytys kesken. Kerran päästyäni Jonkun kanssa kasvokkain, kuuntelin puolet ajastani hänen murheitaan. Puolitoista vuotta opiskelua, se on hyvä.

(Unelmaelämää, Tarinat, Nyyti.)

Opiskelijoiden vinkit arjen hallintaan pitivät sisällä muun muassa kehotuksia jäädä iltaisin yliopistolle tai kirjastoon ja palkita itseään vapaa-ajan aktiviteeteilla, kun jokin tehtävä on saatu aikaiseksi. Nämä neuvot ilmentävät uusliberalistiselle ajalle ominaista työn ja vapaa-ajan välisen rajan liudentumista. Opiskelijalla tämä raja on jo lähtökohtaisesti epäselvä, sillä mitään virallista virka-aikaa ei korkeakouluopiskelussa ole. Monissa tarinoissa kerrotaan viikonloppuisin opiskelusta – tai ainakin tähän liittyvästä velvollisuudesta ja sen laiminlyönnin aiheuttamista tunnontuskista – ja työskentelystä opintojen ohella.

Tehtävään tarttumisen vaikeus, viime tingassa tekemisen aiheuttama stressi – nämä ovat hyvin tunnettuja ja yleisinä pidettyjä opiskeluun kytkettyjä ongelmia. Opiskelu, varsinkin yliopistossa, on hyvin itsenäistä, joten se edellyttää oman tekemisen ainakin jonkinasteista ohjausta. Aikaansaamisen haasteet, kuten prokrastinaatio eli viivyttely, vitkastelu, asioiden lykkääminen tai tekemättä jättäminen, puhuttavat opiskelijoita.

Aamu polttaa verhojen takaa. Piiloudun lämpöisen peittoni alle onnistumatta. Se näkee minut. Maanantai. Vastuut, velvollisuudet, tekemättä jätetyt työt vyöryvät päälleni kuin vesiputous. Aamupalalla piristyn. Viikkohan on vasta aluillaan, kyllä tässä vielä ehtii. Tiistaina mieliala pysyy vielä korkeana. Keskiviikkona, pikkulauantaina voisi hieman rentoutua. Torstaina viikonlopputäpinät pyyhkivät huolet pois. Ja kukapa sitä nyt perjantaina, saati lauantaina haluaisi vaivata päätään määräpäivillä tai tenteillä. Sunnuntaina käperryn jälleen sängynpohjalle häpeämään.

(Miksi tehdä tänään jotain, jonka voit jättää tekemättä huomenna?, Tarinat, Nyyti.)

Lukujärjestykseni on ollut sen verran väljä, että aikaa olisi ollut monena päivänä joko aamu- tai iltapäivä kouluasioihin. Paljon mieluummin sitä näinä hetkinä kuitenkin rentoutuu esimerkiksi Netflixin parissa. Koska minulle lyhyt katselutuokio harvoin riittää, vierähtää elokuvien ja tv-sarjojen parissa helposti liikaa tehokasta työskentelyaikaa.

(Ajankäytön hallintaa opettelemassa, Tarinat, Nyyti.)

Erityisesti ajoissa aloittaminen nimetään hankalaksi. Asioita jätetään viime tinkaun, vaikka se on tukalaa ja myös työn laatu kärsii. Ongelma paikannetaan asenteeseen ja itsekuriin:

Mutta miksi vasta parin päivän päästä tai pahimmissa tapauksissa jopa huomenna häämöttävä deadline saa toimimaan? Miksi itseä on niin mielettömän vaikeaa saada niskasta kiinni? Onko minulla ihan oikeasti kultakalan muisti? Eikö minun pitäisi olla

jo oppinut ensimmäisestä yliopistovuodesta ja lukiosta, että esseiden ja muiden kurssitöiden aloittamisesta vain pari päivää ennen deadlinea ei synny mitään muuta kuin stressiä, turhautumista, hermostumista, ehkä epätoivon kyyneliäkin? Enkö minä muka jo tiedä, että tekstistä tulisi varmaankin paljon parempi, jos kirjoittaisin sen aikaisemmin kuin kolme päivää ennen kuin se pitää palauttaa?

(Ajoissa aloittamisen sietämättömästä vaikeudesta, Tarinat, Nyyti.)

Aloittaminen on erityisesti suuremmissa projekteissa kaikkein vaikeinta. Negatiivinen asenne ja erilaiset houkutukset aiheuttavat yhdessä korkean aloituskynnyksen.

(Ajankäytön hallintaa opettelemassa, Tarinat, Nyyti.)

Kukaan ei välittömästi pakota itsenäisesti opiskelevaa korkeakouluopiskelijaa tekemään hommiaan tietyllä tavalla tai edes tekemään niitä ylipäänsä. Tämä ei tarkoita sitä, että kuria ei enää olisi, vaan suorat ulkoiset pakotteet, joita ylläpidetään koulun fyysisillä puitteilla ja järjestyksillä ovat vaihtuneet toisenlaisiksi kontrollimuodoiksi, jotka toimivat itsen kautta ja synnyttävät ahdistusta ja stressiä (ks. IPC 2014b; 2014a). Vähämäki (2009, 222) kirjoittaa velvollisuuskulttuurin merkitsevän ”jatkuvaa syyllisyyttä tietojen ja taitojen riittämättömyydestä, omasta ajankäytöstä ja sen tehokkuudesta”. Syyllisyydentunnosta ja riittämättömyydestä kumpuavan häpeän kautta ihmiset saadaan pitämään itsensä kurissa ja työskentelemään kohti loputtomasti parempaa minää (ks. esim. Gill 2009; Purokuru & Paakkari 2015; Saastamoinen 2010).

Ajankäytön hallintaa tarjotaan ratkaisuksi tehtävien välttelyyn ja aloittamisen vaikeuteen. Kootut keinot pitävät sisällään tehtävien aikatauluttamista kalenterin avulla, listojen pitämistä tekemättömistä asioista ja niiden määräajoista, selkeää työnjakoa ja itsensä palkitsemista saavutetuista (väli)tavoitteista.

Miten ihmeessä ajoissa aloittamisen sietämättömästä vaikeudesta pääsee yli? Nettiä selaillessa löytyy monta vinkkiä sille, että kuinka lopettaa asioiden lykkäys. Muutama niistä menee aika pitkälle: eräällä sivulla neuvottiin antamaan kaverille esimerkiksi viisikymmentä euroa ja sanomaan hänelle, että jos et saa jotain tiettyä asiaa valmiiksi, hän saa pitää rahan. Suurin osa taas vinkeistä on hyvin järkeviä ja osan niistä olenkin aikaisemmin huomannut toimivan: pelkästä kalenterin ostamisestakin on ollut apua, mutta paljon auttavat listan tekeminen, johon kirjoittaa kaikki asiat, jotka on tehtävä ja mihin mennessä ja jos deadlineja ei ole lähettyvillä, niin ajan jakaminen kullekin tehtävälle asialle niin, että jos tehtävää ei saa ajan loppuessa valmiiksi, siirtyy toiseen.

Lisäksi palkintojen asettaminen on erittäin hyvä juttu: kun on saanut jonkin tehtävän loppuun, voi antaa itselleen luvan syödä suklaapatukka tai vaikka katsoa ensimmäinen uusi jakso siitä sarjasta, joka on vihdoinkin ja viimein palannut kesätauolta. Kannattaa kokeilla!

(Ajoissa aloittamisen sietämättömästä vaikeudesta, Tarinat, Nyyti.)

Opiskelijalle suurimpia stressinaiheuttajia ovat tenttien lisäksi tehtävien palautuspäivät. Tehtävien kasautuminen ei ole mitenkään poikkeuksellista, mutta tehokkaalla ajankäytöllä voi helpottaa omaa tilannettaan. [...]

Olen huomannut, että tehtävän tekeminen on ollut alun jälkeen miellyttävämpää. Varhainen aloittaminen antaa myös suunnittelulle aikaa ja helpottaa organisointia. Erityisesti ryhmätehtävissä on järkevä tavata kurssin alkuvaiheessa kerran ja jakaa kaikille ryhmäläisille omat vastualueet. Houkutuksien suhteen suosittelen kokeilemaan illaksi jäämistä koululle tai menemistä esimerkiksi kirjastoon. Tästä ei tarvitse tehdä vakituista tapaa, mutta minulla keskittyminen on pysynyt näin paremmin itse asiassa.

(Ajankäytön hallintaa opettelemassa, Tarinat, Nyyti.)

Davies ja Bansel (2005, 54) jäsentävät Foucault'n kuuliaisten kehojen (*docile bodies*) käsitteen avulla Elizabeth Grosziin (1995, 2) viitaten niitä tapoja, joilla akateemiset subjektit alistavat itsensä uusliberalistiselle ajalle. Se on keho, joka on myöntyväisempi (*amenable*), muovautuvampi, ja tahtoon taipuvaisempi, kuin koskaan ennen (mt.). Tämä taipuisa keho on se, mitä Foucault kutsui kuuliaiseksi, tosin kuuliaisuus toimii nyt tavalla, jota Foucault'kaan ei osannut ennakoida: se ei toimi ensisijaisesti ulkoisen säätelyn, valvonnan ja rajoitteiden kautta, kuten Foucault aikanaan esitti, vaan kuuliaisuus on seurausta rajattoman intensiivisestä itsesäätelystä, itseohjautuvuudesta ja itsehallinnasta (Davies & Bansel 2005, 54). Kyseessä ei siis ole enää keho, joka on kuuliainen suhteessa ulkoiseen valtaan, vaan keho, joka on tahdolle, halulle ja mielelle alistainen (Grosz 1995, 2, Daviesin & Banselin 2005, 54 mukaan).

Opiskelijat eivät kuitenkaan taivu ihan mihin tahansa asentoon, jota heiltä kulloinkin odotetaan. Elämänhallintavinkkien utopistisuutta käsitellään erään kirjoittajan ajanhallintataktiikoiden soveltamista karnevalisoivassa (vrt. Filander 2016) tarinassa:

Olkaa onnellisia, te, jotka saatte kaikki esseenne tai harjoitustyönne valmiiksi viikkoa ennen deadlinea, ja vielä socialiseeraatte, liikutte, vaikutatte, osallistutte siinä sivussa. Miten te teette sen? Voisitteko kirjoittaa elämäntapaoppaan meidän vähemmän ajanhallintataitoa omaavien pelastukseksi? Kyllä te ehditte.

En valitettavasti sunnuntai-iltaan mennessä tavoittanut ketään minuutinvenytyksen mestaria, joten pohdin, millaisia vinkkejä nämä antiikin jumaliin verrattavissa olevat kuolevaiset olisivat meille kertoneet.

1. Aikatauluta tekemisesi

Eli pitäisikö minun oikeasti tietää, mitä tulen päivän aikana tekemään opiskelusta kaupassa käynteihin? Entä jos kaveri pyytääkin leffaan, jonka olen halunnut nähdä jo pitkään? Onko tämä nyt oikeasti tarpeellista, eikös se kalenterikin maksa jotain? Näillä tuilla vai? Isii...?

2. Aloita ajoissa

Juu, mutta ensin pitäisi hoitaa se essee, jonka jätin tekemättä viime viikolla. Luennoillakin haluaisin ehtiä käymään, etten jäisi ainakaan enempää jälkeen. Huomiseksi pitäisi vääntää yhdet laskuharjoitukset ja vuorokausi vaihtuu kohta. Enköhän aloita huomenna. Oikeasti.

3. Valitse mahdollisimman vähillä häiriötekijöillä varusteltu työskentely-ympäristö
Kyllähän kampeksella noita työskentely- ja taukotiloja piisaa. Tosin iltapäivisin ne kuhisevat muista samaa työskentelyrauhaa etsivistä. Jos yhden vapaa paikan löytäisin. Hei! Kurssikaveri! Olenko näyttänyt sulle jo tätä postausta?

4. Aloita. Ajoissa.

Ainiin. Tämä pitäisi palauttaa aamukahdeksaan mennessä. Taidanpa keittää kahvia! Ja suklaakakku maistuisi kyllä tähän aikaan. Jauhojakin riittää vielä. Ei, nyt aloitan tämän. Oikeasti. Tai Kelan täti ei tykkää. Enkä valmistu. En pääse töihin, joissa en kuitenkaan pärjää. Surkea tästäkin esitelmästä tulee. Nyt kyllä kaipaisin jotain piristävää. Niin kuin Family Guy... tai HIMYM.

5. Palkitse itseäsi

Tolppa tuli, joten en kyllä tiedä, olenko ansainnut mitään palkkioksi. Totuushan on se, että ihminen on pohjimmiltaan laiska. Sen vuoksi prokrastinoijat eivät tule koskaan katoamaan ilahduttamasta arkeamme valituksellaan tai väsyneellä olemuksellaan. Minä olen yksi heistä, mutta silti olen päässyt elämässä näin pitkälle. Kuinka? Aloittamalla. Sillä ero epäonnistujan ja prokrastinoijan välillä on kyky aloittaa, lopulta.

(Miksi tehdä tänään jotain, jonka voit jättää tekemättä huomenna?, Tarinat, Nyyti.)

Kun opiskelijaa odottaa valmistumisen jälkeen työelämä, jossa kartutettujen taitojen sijaan olennaista on potentiaali uuden oppimiseen ja uusien kykyjen kehittämiseen, on opiskelijan kehitettävä itseään pysyäkseen jatkuvasti muuttuvien edellytysten tasalla. Mahdollisuudet näyttäytyvät opiskelijoille rajattomina, mutta niihin tarttuminen vaatii jatkuvaa työtä. (Naskali 2010a, 77; ks. myös Scharff 2016.)

"Olin itseni pahin vihollinen" – Vastuunotto opiskelijoiden tarinoissa

Elämä ei ole reilua. Se heittää eteemme aina jotakin ikävää. Kukaan meistä ei voi elää täysin ehjää elämää syntymästä kuolemaan. Jokaisen meistä on kohdattava vaikeuksia päästäksemme maaliin saakka. Mutta se, miten suhtaudumme noihin vaikeuksiin, on meidän päätettävissämme. Voimme luovuttaa, antaa vaikeuksien voittaa meidät tai sitten voimme nousta ylös vuoren huipulle, vaikka mitä tahansa tuiskuja tulisi vastaan.

(Toivon (ja Disneyn) kautta huomiseen, Tarinat, Nyyti.)

Hallintavallassa ohjataan ihmisiä käsittämään itsensä tiettyjen positioiden kautta – kansalaisina, kuluttajina, työntekijöinä tai opiskelijoina. Kukin näistä positioista kantaa mukanaan henkilökohtaista vastuuta. Ihmiset asettuvat hallintavallassa autonomiseksi itseään sääteleviksi subjekteiksi, jotka tekevät ikään kuin omin päin henkilökohtaisilta ja välttämättömiltä vaikuttavia päätöksiä. (Dean 2007, Rose 1999, Ylöstalon 2014, 7 mukaan.) Tämän "vapauden" ehtona on huolehtia omasta elämästään tekemällä "oikeita valintoja" rajattomien vaihtoehtojen joukosta. Se ei olekaan yksilön oikeus tai hänelle syntymässä taattu "luonnollinen ominaisuus" vaan velvollisuus, joka rakentuu vapauden käytännöissä. (Keskitalo-Foley ym. 2010, 21, 28.) Näin valta toimii hienovaraisesti ja piilottaen itsensä autonomian sumuverhon taakse.

Opiskelijoiden kirjoittamien omakohtaisten tarinoiden läpileikkaava teema onkin itsen vastuullistaminen. Syy ongelmiin ja avain ratkaisuun löytyy itsestä. Teksteissä tunnistetaan myös ympäristön paineita, mutta harvemmin ongelmaa taikka ratkaisua paikannetaan kuitenkaan sinne. Yhteiskunnan vaatimukset ikään kuin noteerataan, mutta niistä selvittää tuunaamalla omaa suhtautumista itseän ja näihin vaatimuksiin, kuten seuraavasta lainauksesta on luettavissa:

Itse asiassa elämme hyvin suorituspainotteisessa yhteiskunnassa. Opiskelijan odotetaan itsenäisesti selviytyvän opinnoistaan mielellään hyvin arvosanoin. Näissä tilanteissa voi itsekseen miettiä sitä, miksi tavoittelee korkeita arvosanoja. Johtuuko

se siitä, että on itse kiinnostunut opiskeltavasta aineesta. Vai yrittääkö vain saada korkeita arvosanoja sen vuoksi, koska hyvin etevä ja pärjäävä kaveri saa aina niin hyviä arvosanoja. Vai yksinkertaisesti siitä, että kaikesta on aina pakko saada yksinomaan hyviä arvosanoja. Siis suorittaa nimenomaisesti arvosanoja niiden itsensä vuoksi.

(Riittävän hyvä opiskelija, Tarinat, Nyyti.)

Kansalaiset eivät Raija Julkusen (2008) mukaan ole vain vastuullisia ja aktiivisia, vaan he ovat vastuutettuja ja aktivoituja. Aktiiviset kansalaiset tuotetaan vastuuttamisen ja aktivoinnin diskurssien ja käytäntöjen kautta (mt., 188–189, ks. myös Niemi & Kurki 2013, 203). Yhteiskunnallisen vastuun purkautuessa aktiivinen kansalaisuus on keino siirtää vastuu yksilöille (Naskali 2010a, 90). Niemi ja Kurki (2013, 203) kirjoittavat vuonna 2008 julkaistun Valtion taloudellisen tutkimuskeskuksen tiedotteen *Työllisyyspolitiikan aktivointi vähentää työttömyyttä* pohjalta aktivoinnin tapahtuvan muun muassa sosiaalietuuksien vastikkeellisuutta tiukentamalla. Näin on käynyt myös opiskelijoiden sosiaalietuuksien suhteen. Vuoden 2005 tutkintouudistuksesta eteenpäin opintoaikoja on rajattu ja opintotuen opintopistevaatimuksia on kiristetty, tukikuukausia vähennetty ja tukia muutettu lainapainotteisemmiksi (ks. Lahtinen 2019). Opiskelijaelämän sosioekonomiset puitteet hahmottuvat joissain tarinoista. Huoli taloudellisesta tilanteesta luo omat paineensa opiskelijan arkeen. Se voi ajaa työskentelemään opintojen ohella, mikä puolestaan voi lisätä stressiä.

Opiskelijaelämässä on tosi paljon hyviä puolia. Ainut todella iso miinus on rahallinen tilanne. Opintotuesta niin iso osa menee vuokraan. Jos vuokran jälkeen jää kaksi euroa käteen, niin onhan se aika (naurettavan) vähän. Olen itse ollut myös samaan aikaan töissä, mikä oli todella rankkaa. Aamulla, kun lähti kouluun, piti ottaa myös työkamat ja eväät mukaan ja kirmata luentoja jälkeen iltavuoroon. Iltavuoron jälkeen vielä bussilla kotiin. Koin, että niiden rahojen ansaitseminen väsytti ja rasitti liikaa ollakseen sen arvoista. [...] Raha on vähän arka asia, ja on kurja sanoa, jos ei voi sen takia tehdä jotain tai lähteä jonnekin. Kesätyötulot, jos edes saa kesätöitä tässä tilanteessa, pitäisi venyttää kestäväksi seuraavaksi vuodeksi. Olen itse ollut aina tosi tarkka rahoistani ja säästänyt kaiken 15-vuotiaasta lähtien, joten suuremmilta ongelmilta on onneksi välttytty.

(Hiljaisuus, musiikki, kaverit & avokki, Tarinat, Nyyti.)

Huolellinen taloudenpito näyttäytyy suojana pahimmilta karikoilta. Alla taloudellisen tilanteen raamit, kuten sosiaaliturvan ehdot ja tarve käydä töissä opintojen ohella

talouden turvaamiseksi ja työkokemuksen kartuttamiseksi, jäivät taustalle, ikään kuin väistämättömäksi kulissiksi elämän näytelmälle:

Syksyllä 2016 minä uuvuin. Opiskelin fuksisyksynäni 2015 hädin tuskin Kelan minimin puitteissa, koska jouduin keskeyttämään yhden sivuaineen. Ahdisti, että Kela alkaisi periä tukia takaisin. Opiskelin lisää. Kesän aikana läpäisin virkamiesruotsin ja tentin kokonaan uuden sivuaineen alkusyksyyn mennessä. Syysopinnot ja kolme muuta sivuainetta rullasivat niin viikonloppuina, lähiopetuksena kuin verkossakin. Poltin itseni loppuun. Rankan opiskelusyksen lisäksi kävin vielä osa-aikatyössä kahdesta kolmeen päivään viikossa.

Huomasin, etten ottanut lainkaan lomaa itselleni. Kevästä syksyyn olin kiinni opinnoissa. Ennen joulua minulla todettiin lievä masennus. [...]

En voinut hyvin.

Tänä keväänä, vaikka opintoja on paljon ollutkin, olen ottanut itselleni sopivasti vapaapäiviä. Olen huomannut olevani helposti stressaantuvaa tyyppiä. Stressin ja työmäärän ei kuitenkaan saa antaa polttaa itseään loppuun.

Aina täytyy löytää itsellensä aikaa.

(Älä polta itseäsi loppuun, Tarinat, Nyyti.)

Millsin (2015, 218) mukaan köyhyyden psykiatrinen uudelleenkonfigurointi kehottaa ihmisiä katsomaan itseään ja työstämään itseään kuin ongelma olisi heidän psyykessään tai biokemiassaan. Taloudellinen ahdinko asettuu psykologiseksi ongelmaksi ja näin sosioekonominen eriarvoisuus kääntyy yksilön syyksi (mt.; ks. myös Parker 1997, 27). Näin käy myös yllä lainatussa uupumisesta kertovassa tarinassa. Opiskelija asettuu hyvin vastuuntuntoiseksi subjektiksi kohdistessaan syyn loppuunpalamisesta itseensä ja myös tilanteen ratkaisun omista valinnoista riippuvaksi. Psy-diskurssin tarjoamat masennuksen, stressin ja loppuunpalamisen käsitteet paikantavat helposti ongelman yksilöön ja hänen mielenterveyteensä ja henkilökohtaiseen jaksamiseensa.

Ongelmana oli äärimmäinen kriittisyyteni, jonka takia huonot numerot tuntuivat vain kauneusvirheiltä todistuksessa. Ilo lahjakkuudesta ja onnistumisista sekä oma motivaatio oppimisesta oli matkan varrella kadonnut, ja olo oli vain turta uuvuttavasta asenteestani johtuen. Tuntui, että suoritin asioita vain, koska sitä vaadittiin minulta. En tunnistanut aluksi, että olin itseni pahin vihollinen.

(Kohti leppoisampaa elämää, Tarinat, Nyyti.)

Työuupumuksesta käydyssä keskustelussa tunnistetaan kyllä työympäristön rooli uupumuksen synnyssä (ks. Rikala 2013), mutta uusliberalistinen hallinta kääntää kuormittavasta ympäristöstä selviämisen vastuun yksilölle ja psy-diskurssi tarjoaa siihen hengellisestä ja kulttuurisesta perinnöstään irrotettuja kaupallistettuja tekniikoita, kuten tietoisuustaidot. Nämä voidaan Saaren (2016b, 199, 205) mukaan käsittää *psykotekniikkana*, eli työelämän hallinnassa hyödynnettynä psykologian käytännön sovellutuksena. Psy-tieto tarjoaa normatiivisen ajatuksen hyvästä elämästä, joka otetaan omaksi ja pannaan täytäntöön elämänhallinnan tekniikoiden ja elämisen taitojen avulla.

Kuten subjektifikaatiota käsittelevässä luvussa toin esiin, Foucault'n ajattelun ytimessä on se, kuinka ihmisistä subjekteina tulee objekteja, eli ajattelun kohteita itselleen (Alhanen 2011, 22). Itsetutkiskelussa subjekti objektivoi itsensä. Tällainen omien ajatusten ja mielikuvien käsittely esiintyi opiskelijoiden tarinoissa keinona työstää omia ongelmia:

Minulla on edelleen omat taakkani kannettavana, mutta en halua elää pelossa. Yritän pienin askelin kohdata minulle hankalia asioita ja voittaa ne. Jokaisella meistä on ongelmia ja haasteita. Ihmisyys on kuitenkin jatkuvaa kasvua ja itsensä kehittämistä. Aina kasvun ja kehityksen ei edes tarvitse olla suurta. Omien mielikuvien ja ajatusten käsittelykin voi joskus olla kaikki, mitä siihen tarvitaan. Lopulta yleensä suurimmat pelkomme ovat mieleemme tuottamia, eikä niitä voi paeta.

(Opintoihin paluu sairasloman jälkeen, Tarinat, Nyyti.)

Rosalind Gill (2009) kirjoittaa myös akatemiassa vallitsevasta autonomian illuusiosta hallintana, elämän prekarisoitumisesta, työn intensivoitumisesta (*work intensification*), eli sen laajenemisesta koko elämän aikaan ja tilaan, sekä ympäristön kohtuuttomien vaatimusten käsittelystä yksilökeskeisen patologisen diskurssin kautta. Daviesin ja Banselin (2005, 51) tutkimat akateemiset työntekijät ylläpitävät kaikista työn intensivoitumisen ja kontrollin teknologioista huolimatta sinnikkäästi yllä autonomian illuusiota, joka onkin kriittinen osa uusliberalistista hallintaa. Heidän tutkimuksensa antaa viitteitä siitä, että akateemiset työläiset kääntävät välittömästi ulkoiset paineet sisäisiksi paineiksi, joista heidän tulee kantaa vastuu silloinkin, tai ehkäpä erityisesti juuri silloin, kun ne vaikuttavat terveyteen ja hyvinvointiin tai työn

laatuun. (Mt.) Autonomian illuusio on luettavissa myös opiskelijoiden tarinoista siinä, kuinka kaikki asettuu omaksi syyksi, kuinka ajatellaan, että kaikki on vain itsestä kiinni.

Nuorena ujona, kilttinä ja tunnollisena lukio-opiskelijana olin kova ahkeroimaan. Olin aina pärjännyt hyvin koulussa ja olin lahjakas monessa asiassa. Siksi olin myös taipuvainen asettamaan itselleni huomaamatta erinäisiä mielensisäisiä vaatimuksia, koska hyvistä arvosanoista alkoi muodostua tapa ja hiljalleen ne ruokkivat paineita onnistumisten jatkumisesta. Jossain kohtaa niistä tuli itselle myös jonkinlainen kierre ja pakkomielle, koska pelkäsin kovasti epäonnistumista ja itseni nolaamista. Olin perfektionistinen, mutta se ei tuntunut omalta valinnalta vaan enemmänkin koin, että minun oli pakko olla hyvä. En nimittäin koskaan riittänyt itselleni, vaan sisimmässäni olin jatkuvasti tyytymätön itseeni ja siksi huono, vaikka pärjäsinkin luultavasti muiden silmissä hyvin.

(Kohti leppoisampaa elämää, Tarinat, Nyyti.)

”Uupumisoravanpyörää” pyörittävät tarinoissa opiskelijaelämän vaatimukset, kuten kiire, taloudellinen ahdinko ja siitä johtuva pakko käydä opintojen ohella töissä, opiskelun ja työn yhdistelmän aiheuttama stressi, suorituskeskeisyys sekä perfektionismi. Opiskelijoilla on liikaa tekemistä eikä tarpeeksi vapaa-aikaa. Uupuminen esitetään asiana, joka tapahtuu, seurauksena jollekin: ”uuvuin”. Tilanteen aiheuttaja löytyy muotoiluista, joissa syylliseksi paikantuu *minä*:

”Poltin itseni loppuun”

”huomasin, etten ottanut lainkaan lomaa itselleni”

”pohdin hetkellisesti tilannetta, jonka olin itse itselleni luonut.”

”Ongelmana oli äärimmäinen kriittisyyteni”

”uuvuttavasta asenteestani johtuen”

Aivan kuten Daviesin ja Banselin (2005) haastatteluotteissa, yllä subjekti asettuu autonomiseksi ja vastuulliseksi toimijaksi. Taustaoletuksena on se, että yksilö on vapaa valitsemaan ja toimimaan (mt., 51). Ratkaisut esitetään toisinaan kehotuksina tai vaatimuksina. Osa neuvoja sisältävistä tarinoista on myös otsikoitu käskymuodossa, kuten ”Älä polta itseäsi loppuun”, ”Muista pitää itsestäsi huolta” ja ”Ole valmis kasvamaan”. Vaikka kaikkia tekstejä ei ole kirjoitettu tähän tyyliin, osa pitäytyy imperatiivilinjalla:

Olen tänä syksynä tajunnut kolme minusta todella tärkeää asiaa, jotka auttavat tekemään valintoja silloinkin, kun elämä tuntuu takkuavan ja omien tunteiden määrittelemisen on vaikeaa.

1. Älä tyydy ihan kivaan.

Täytyy muistaa, että opiskelu ja työuran luominen ovat elämänmittaisia juttuja. Ihan kiva ei vaan mitenkään riitä tällä elämän osa-alueella.

2. Usko itseesi.

Miksi mikään onnistuisi, jos et usko siihen mitä teet? Vain taivas on rajana mahdollisuuksille, ja sinä itse olet se, jolla on valinnan valttikortti hallussaan elämäsi suhteen.

3. Älä ikinä, koskaan, anna muiden määritellä itseäsi.

Vain sinä opit ajan kanssa tietämään, mitä haluat ja pystyt, ja mitä taas et. [...] Omat taidot löytyvät ainoastaan kokeilemalla!

(Huikeaa fiilistä etsimässä, Tarinat, Nytyi.)

Tarinoissa opiskelijat kehottavat lukijaa tarttumaan toimeen, seuraamaan intohimoaan ja ottamaan riskejä. Käytännössä tämä ”hyppy tuntemattomaan” tarkoitti opintoalan vaihtoa tai opiskelua ulkomailla. Vain yksi kirjoittaja on käyttänyt suoraan intohimo-sanaa tarinassaan. Luen kuitenkin intohimoa myös ilmauksista, kuten ”kutsumus”, ”miten paljon pidätkään kaikesta mitä teen” ja ”jotakin, mikä on ihan huikeaa”. Uusliberalismin myötä yksilöön ja yksilön vastuuseen entistä tiiviimmin kohdistuva fokus kääntää katseen itseen. Hyvän elämän ja onnellisuuden tavoittelu asettuu jokaisen henkilökohtaiseksi oikeudeksi ja velvollisuudeksi (Binkley 2017). Tai kuten Vähämäki (2009, 50) on asiaa ajatellut: yhdessä tavoiteltavista hyveistä on tullut yksilöön kohdistuneita konkreettisia ja painostavia ulkoisia vaatimuksia.

Onnellisuus suuntaa huomiomme mahdollisuuksien horisonttiin ja kehottaa meitä tekemään kustannushyötyanalyysin, jossa punnitsemme epävarmuustekijöitä ja riskejä suhteessa omiin kykyihin, taitoihin, resursseihin ja valintoihin. Tämän analyysin tavoitteena on löytää polku, joka johtaisi potentiaalimme toteutumiseen ja täyttymykseen. Onnellisuus on myös uusi mahdollisuus epäonnistua, jos sitä ei saavuta. (Binkley 2017, 38–39.) ”Autonomiset” ja ”vapaat” valinnat tarkoittavat sitä, että jos jokin menee vikaan, syy lankeaa omille harteille (Davies & Bansel 2005, 51).

Opiskelu määrittyy vastuun kannalta hyvin omanlaiseksi elämänvaiheekseen. Valmistuminen tuo näin mukanaan merkittäviä muutoksia ja sellaista epätietoisuutta ja epävarmuutta, jota opiskeluaikana ei ole välttämättä tarvinnut kohdata:

Vaikka opiskelijaelämään voi liittyä monenlaista huolta, stressiä ja kiirettä, se on omalla tavallaan selkeä elämänvaihe: pitkän tähtäimen tavoitteena on valmistuminen, ja sitä kohti matkatessa voi nauttia opiskelijaelämän iloista ja siitä, että on vastuussa vain omasta suoriutumisestaan. Kun opiskelu loppuu, on edessä uudenlainen epävarmuus: periaatteessa vaihtoehtojen määrä on hurja, joten valintojen tekeminen voi osoittautua hankalaksi, ja toisaalta monia ahdistaa myös epätietoisuus siitä, tuleeko saamaan yhtään minkäänlaisia töitä. Oma jaksaminen hektisessä ja vaativassa työelämässä voi jännittää, ja uuteen työhön tai työelämään ylipäättään tottuminen ottaa aina oman aikansa. Sopeutumista ja epävarmuuden sietämistä kuitenkin taatusti helpottaa kokemus siitä, että on oikealla alalla ja innostunut oppimaan siitä uutta käytännön työssä.

(Kun valmistuminen on kriisin paikka, Tarinat, Nyyti.)

Opiskelijat kertoivat oppineensa elämään epävarmuuden kanssa. Epävarmuuden hyväksyminen ja itsen haastaminen ovat uusliberaalin ihannesubjektin ominaisuuksia, sillä uusliberalismissa yhteiskunnan tuen vähetessä, on epävarmuuden ja keskeneräisyyden sietokyvystä etua.

En tiedä mitä ennen oikeastaan pelkäsin. Ollessani jumissa minua ahdisti myöskin ajatus epävarmasta tulevaisuudesta. Nykyään minulle on ihan ok, että en tiedä mitä tulen tarkalleen tekemään tulevaisuudessa saati missä päin maailmaa tulen asumaan. Tietenkin joskus tulee vastaan huonompiakin päiviä ja välillä tuntuu siltä, että tekemistä on vähän liikaakin. Silloin pitää vain muistuttaa itseäni, miten paljon pidänkään kaikesta mitä teen ja kuinka hyvältä tuntuu, kun olen selvinnyt tielle tulleesta esteestä. Jumissa olemisen tunne johti lopulta rohkeuteen, ja rohkeus siihen, että en enää huolehdi asioista, joihin en voi vaikuttaa.

(Rohkeus lähti turhautumisesta, Tarinat, Nyyti.)

Ina Juvan ja Touko Vaahteran (2017, 64) mukaan sen sijaan, että mietittäisiin, pitäisikö koulutuksen mukautua yksilöiden ja yhteisöjen tarpeisiin, tällä hetkellä kysymys kuuluu: miten opiskelija voi sopeutua vallitsevaan järjestelmään? Tämä painotus näkyy myös opiskelijoiden sosiaalisten tilanteiden jännitystä ja esiintymiskammoa käsittelevissä tarinoissa. Kertomuksissa nimettiin kyllä korkeakoulutuksen käytäntöjä, jotka ovat aiheuttavat erityisiä haasteita jännittäjälle, mutta ratkaisu tilanteeseen

löytyi aina opiskelijasta itsestään. Itsen työstäminen altistuksella, harjoituksella ja tunnesäätelyllä asettuivat vastaukseksi tähän ongelmaan (ks. esim. Saari 2016b, 208–209).

Eli long story short, auta itseäsi ensin, tee mukavia asioita vapaa-ajalla, pyri olemaan avoin uusille ihmisille ja mahdollisimman sosiaalinen erilaisissa tilanteissa, kuuntele ja ole läsnä, älä vähättele tai juorua asioista.

(Ole valmis kasvamaan, Tarinat, Nyyti.)

Yksilökeskeinen näkökulma sosiaalisiin taitoihin näkyy Juvan ja Vaahteran (2017, 65) mukaan juuri siinä, miten niitä pyritään korjaamaan. Vastuu ongelman ratkaisusta siirtyy koulutusinstituutiolta opiskelijoille, joiden tulee muuttaa käyttäytymistään, jotta heidät voidaan tunnistaa *normaaleina* subjekteina, ja jotta he voivat sovittautua muodollisen koulutuksen ja yhteiskunnan edellytyksiin. Opiskelijat ovat hakeneet tukea tilanteeseensa muun muassa yliopiston tarjoamalta esiintymisvarmuuskurssilta. Niiden sanottiin auttaneen sietämään jännityksen oireita ja epävarmuuden tunnetta.

Tärkein oppimani asia on, että muutos ja kasvun suunta lähtee itsestä. Harva hoksaa antaa apua sellaiselle, joka ei sitä pyydä. Opiskeluiden aikana olen nähnyt yliopistolla monia kaltaisiani jännittäjiä. Kannustankin teitä pyytämään apua, sillä itse en niin pitkään aikaan hoksannut, vaikka olisi pitänyt. Se voi saattaa liikkeelle lumipallon, joka kasvaa nopeasti ja antaa niin paljon hyvää. Niin kuin omassa tapauksessani, aktiivisuus auttaa paljon, mutta ilman avun pyytämistä työkalut ovat rajatut.

(Jännityksen kahleet, Tarinat, Nyyti.)

Terapiakulttuuriin lukeutuu henkisen hyvinvoinnin huoltaminen myös terapeutin vastaanoton ulkopuolella. Itsestä huolehtimisen itsepalvelumuodot ovat tarjolla kaikille, tai oikeastaan kaikilla on velvollisuus ylläpitää hyvinvointiaan. (Rimke & Brock 2012, 195.) Sen sijaan, että kriittinen katse suuntautuisi instituution käytäntöihin, stressi muotoutuu yksilöiden ongelmaksi, joka heidän tulee ratkaista ajanhallinnalla tai muilla itsehallinnan teknologioilla, kuten meditaatiolla, liikunnalla, terapialla tai lääkityksellä (Davies & Bansel 2005, 51).

Tulemme psy-tiedon subjekteiksi ja omaksumme erilaiset itsen työstämisen tekniikat ja elämisen taidot, joita itseapumarkkinat tarjoavat. Elämänhallinnan keinot ja psy-tiedon mukainen normatiivinen ajatus hyvästä elämästä otetaan omaksi ja laitetaan

käytäntöön omassa kuuliaisessa kehossa. Tosin jos/kun keho vastustaa näitä tekniikoita, voi kukin syyttää vain itseään. Tällainen vastuunotto omasta terveydestä ja hyvinvoinnista, voidaan Daviesin ja Banselin (2005, 51) mukaan nähdä oman kehon ja kykyjen riistona. Vastuun kantava subjekti yrittää osoittaa kykynsä toimia kulttuurissa ja instituutiassa, jossa entistä intensiivisempien työkäytäntöjen suoritusvaatimukset on entistä mahdottomampi täyttää ilman merkittäviä fyysisiä ja psyykkisiä seuraamuksia. Entä jos voisimme yksilön sijaan kiinnittää huomiota institutionaaliin järjestyksiin ja käytäntöihin, joiden kautta meitä hallitaan, ja asettaa ne vastuuseen niiden hallinnoimien subjektien elämistä? (Mt.)

"Tavallisen ihmisen saavutukset ovat riittäviä" – Uusliberalistisen hallinnan vastarinnan pesäkkeet

Tietotyön levittäytyminen kaikkeen aikaan ja tilaan kuvastaa myös osuvasti korkeakouluopiskelua, johon kuuluu paljon itsenäistä työskentelyä. Sitä, että voi valita missä työskentelee ja milloin, voisi kutsua vapaudeksi, mutta tällainen vapaus myös sitoo, se merkitsee kaiken aikamme, ajatuksemme, voimavaramme potentiaaliseksi työresurssiksi. Tämä on kapitalismin riemuvoitto – koko ihminen, kaikki aika ja tila työlle (ks. Brunila, Onnismaa & Pasanen 2015). Opiskelijoihin kohdistuvat moninaiset ja joiltain osin ristiriitaiset odotukset, vaatimukset ja velvollisuudet toimivat kontekstina uupumuskertomuksissa ja muun muassa kiire nimetään yhdeksi opiskelijaelämälle ominaiseksi haasteeksi:

Itse asiassa opiskelijoiden elämässä on hyvin usein kiire ainaisena ongelmana. Opiskelu on samalla elämän rikkainta ja samalla köyhintä aikaa. Kuitenkin useimmiten koko kalenteri on hyvin täynnä tekemistä. Opiskelijan pitäisi tehdä sitä ja tätä koko ajan. Itse ainakin yritin säästää pienestä [...] opiskelijan kukkarosta alussa, ja lopuksi kävin töissä opiskelun ohella. Työssä käynti helpotti taloudellisia ongelmia, mutta samalla lisäsi kiirettä entisestään, ja näin ollen stressiä. Ei ole mitenkään ihmeellistä, että opiskelijana kokee helposti riittämättömyyttä, sillä opiskelijalla on tosiaan hirveästi velvollisuuksia nyky-yhteiskunnassa.

(Riittävän hyvä opiskelija, Tarinat, Nyyti.)

Valta-analytiikan avulla voi rajoitusten hahmottamisen lisäksi kokeilla näiden muokkaamista ja ylittämistä (Oksala 2011). Valta kantaa aina mukanaan vastarinnan pesäkkeitä, jotka eivät ole vallalle ulkopuolisia vaan ne ovat osa valtasuhteita (Foucault

2005; Ikävalko 2016; Oksala 2011). Valta ei siis ole jotain, mitä vastustamme vaan se asuu meissä (Butler 1997, 116–117). Vastarinta ei ole alistumisen vastinpari vaan samoin kuin alistuminen, se tapahtuu osana diskurssia, se on yhtä lailla diskurssin subjektiksi tulemistä.

Suoritus. Täydellinen suoritus. Sanapari, joka ei jätä minua rauhaan, joka kiemurtelee arjen jokaiseen sopukkaan. Sen läpäisemätön kupu levittäytyy mielessäni vähitellen kaiken ylle. Ole paras versio itsestäsi, älä ikinä luovuta, elät vain kerran, se toistelee. Ota elämästä kaikki irti ja hyödynnä potentiaalisi. Tee, tee, tee, älä hukkaa aikaasi. Et ole mikään tai kukaan ilman, että menestyt, erotut ja onnistut. Et minkään arvoinen.

(Älä ole all in one, Tarinat, Nyyti.)

Opiskelijoiden tarinoissa kyseenalaistetaan suorittamisen kulttuuria ja sen mukaista subjektiviteettia:

Haluan sanoa kaikille opiskelijoille, jotka lukevat kirjoitukseni, että on hyvä haastaa itseään, mutta muistakaa myös levätä opiskelun ohella, ja on ihan sallittua välillä myös epäonnistua. Tasapainon säilyttäminen on tärkeää. Silloin rentous säilyy, ja virheistä oppii joskus myös parhaiten. Vaikka tässä maailmassa joskus kovasti täydellisyyttä ihailtaisiin, fakta on, että perfektionismi ei ole mikään ylpeilyn aihe, vaan usein raskas kritiikin ääni pään sisällä. Joten vaalitaan mieluummin armollisempaa mentaliteettia lähipiirissä ja omassa mielessämme. Muistetaan olla myös itsellemme kilttejä ja kivoja.

(Kohti leppoisampaa elämää, Tarinat, Nyyti.)

Opiskelijoiden ei tarvitse olla mitään ihmenaisia tai miehiä, vaan ihan tavallisen ihmisen saavutukset ovat riittäviä. Itselle voi olla kuin rakas ystävä, ja vaatia itseltään vähemmän. Omia tuntemuksiaan kannattaa opetella kuuntelemaan. Näin jaksaa ja ehtii nauttia koko opiskelijaelämästä kaikin ronnoin.

(Riittävän hyvä opiskelija, Tarinat, Nyyti.)

Subjektiviteettia luonnehtii uusliberalismin alaisuudessa negatiivisuus, joka tuottaa karuja tuomioita itsestä (Davies & Bansel 2005, 51):

[K]oin olevani kykenemätön hylkiö, joka ei herännyt aamuluennolle eikä osallistunut yhteisillallisille; koin olevani arvoton ja tyhjä ihminen, jonka tulevaisuus ei varmasti olisi odottamisen arvoinen.

(Elämä oli minulle tuskaa, muille arkipäivää, Tarinat, Nyyti.)

Negatiivisuutta pyritään hoitamaan positiivisen psykologian jäsenyksillä ja harjoitteilla. Tarinoissa itsemyötätunto ja vastaava psy-diskurssista ammentava sanasto valjastetaan maltillisempien tavoitteiden ja lempeämmän minäkuvan tuottamiseen:

Menneisyydessä se tuli jo luonnostaan, että olin itselleni ankara, mikään ei riittänyt, olin huono ja arvoton. Niihin tunteisiin oli helppo jäädä jumiin. Tuntui todella pahalta ajatella itsestään niin rumia asioita. On ollut pitkä, mutta niin palkitseva tie muuttaa suhdetta itsensä kanssa. Oma itsemyötätunto on kehittynyt lähes sillä, että pysähdyn itseni äärelle. Kuuntelen, miltä minusta tuntuu, lopetan turhat syyttelyt ja vikojen etsimiset, rohkaisen ja kannustan itseäni sekä arvostan itseäni juuri tällaisena kuin olen. Minun ei tarvitse olla mitään muuta, olen hyvä näin.

(Oikeasti itseni ystävä, Tarinat, Nyyti.)

Perfektionismi alkoi helpottaa hiljalleen yliopistovuosien puolivälissä, ja nykyään osaan rakastaa itseäni ja olla iloinen siitä kaikesta hyvästä, jota minulla on, ja niistä lahjoista, joita olen saanut. Ymmärrän myös nyt, ettei minun tarvitse olla kaikkivoipa, vaan minulla on lupa myös epäonnistua. Nykyisin osaan antaa tilaa myös omalle herkkyydelle ja olla välillä jouten ilman ainaista tavoitteellisuutta. Itsekritiikki on hellittänyt, ja armollisempi elämänsenne ja ilo ovat palanneet.

(Kohti leppoisampaa elämää, Tarinat, Nyyti.)

Vastapainona lukuisille aloittamista ja tekemistä painottaville ohjeille opiskelijat myös muistuttavat levon ja tekemättömyyden tärkeydestä. Jaksamisesta huolehtiminen on selviytymiskeino. Asioiden tekeminen tavoitetahtia hitaammin ja tekemättömyys ovat konkreettisia, arkisia vastarinnan muotoja:

Tavoitteeni on jatkossa tehdä enemmän ei-mitään – lukea kirjoja, kutoa sukkia, nukkua päiväunia ja kuunnella sadetta.

(Älä ole all in one, Tarinat, Nyyti.)

Täytyy kuitenkin muistaa, että tekemättömyys ei ole aina negatiivinen asia: joskus viikonloppu tai arki-ilta on täysin okei viettää katsellen Netflixiä ja YouTube-videoita ja selaillen nettiä päättömästi. Aina ei voi onnistua, aina ei ihan oikeasti tarvitse olla tekemässä jotain hyödyllistä, sillä aivot tarvitsevat muutakin lepoa kuin vain unta. Ehkä siis tämän viikonlopun tekemättömyyteni ei kaada maailmaa.

(Ajoissa aloittamisen sietämättömästä vaikeudesta, Tarinat, Nyyti.)

Joskus on hyvä pitää kaiken kiireen keskellä pieni hengähdystauko ja keskittyä miettimään, että mitä minä haluan tehdä – ei: mitä minun pitää tehdä. Viikonloppuisin en yleensä mieti ”pitää tehdä” -juttuja ollenkaan, vaan teen ainoastaan asioita, jotka ovat minulle mieluisia: käyn tapaamassa kavereita tai lähdän hevoseni kanssa retkelle luontoon.

(Huikeaa fiilistä etsimässä, Tarinat, Nyyti.)

Davies ja Bansel (2005, 55–56) lukevat haastattelemiensa akateemikkojen puheesta jännitettä sen välillä, mitä heidän pitäisi tehdä ja mitä he pystyvät tekemään. Haastateltavat osoittivat, että uusliberalistisiin työn intensivoitumisen käytäntöihin liittyviä vaatimuksia on mahdollista vastustaa. Kieltäytyminen muodostui selviytymisstrategiaksi, jolla pidettiin huolta terveydestä ja omasta elämästä. (Mt.) Rajojen hakeminen ja vetäminen asettuu myös opiskelijoiden tarinoissa tavaksi huolehtia omasta hyvinvoinnista:

Nykyään kuulen ääniä varsin harvoin. Olen oppinut välttämään stressaavia tilanteita ja hallitsemaan stressiä paremmin. Olen myös pystynyt muuttamaan suhtautumistani ääniin rauhallisemmaksi ja ymmärtäväisemmäksi. Nykyään koen, että äänet ovat merkki siitä, että minulla on liikaa tekemistä. Silloin muistan, että rentoutuminen ja lepo ovat tärkeitä asioita elämässäni.

(Skitsofrenia ei ole maailmanloppu, Tarinat, Nyyti.)

[M]asennus on myös opettanut minulle nöyryyttä, se on opettanut minut asettamaan oman hyvinvointini ensimmäiseksi, se on opettanut minut sanomaan ei ja opettanut minut olemaan elämättä ”sitten kun”.

(Erään masennuksen tarina, Tarinat, Nyyti.)

Tällainen strateginen toiminta seurasi Daviesin ja Banselin (2005, 55–56) tutkimuksessa yleensä terveyden tai hyvinvoinnin kriisiä ja paikansi vastarinnan yksilölliseksi selviytymistaisteluksi. Akateemiset työläiset yrittivät asettaa rajoja ja määritellä itsensä uudelleen suhteessa työhönsä osana kriisistä selviytymistä (mt.). Myös opiskelijat määrittelevät uusiksi omia arvojaan ja sitä, mihin panostaa aikaa ja energiaa:

Minulle valmistumiskriisi on ollut tehokas itsetuntemuskoulu, sillä se on palauttanut elämän perusasioiden äärelle: arjen rutiinit ja ihmissuhteiden vaaliminen ovat nousseet entistä keskeisemmiksi, ja niin tärkeää kuin mielekäs työ ihmiselle onkin, iso osa hyvinvoinnista perustuu näennäisen yksinkertaisiin asioihin kuten toimivaan

uniryntiin, ravitsevaan ruokaan, riittävään liikuntaan ja tietysti sosiaalisiin suhteisiin, yhteyden kokemiseen toisten kanssa. Olen joutunut (tai päässyt) arvioimaan uudelleen valintojani, pohtimaan elämänarvojeni ja pitkän aikavälin unelmiani ja tavoitteitani, mihin opintojen tiimellyksessä ei joutanut keskittymään – tai mitä oli helppo vältellä, kun oli muutakin tekemistä ja ajateltavaa.

(Kun valmistuminen on kriisin paikka, Tarinat, Nyyti.)

Opiskelijoiden tarinoissa pyritään myös sovittamaan mielenterveyden häiriöt ja variaatio käsitykseen normaalista ihmisestä ja hyvästä elämästä laajentamalla näitä määritelmiä:

Yksi haaveistani on, että keskustelussa tapahtuisi muutos niin, että ”keskeneräisiäkin” tarinoita alettaisiin jakaa ja arvostaa. Toivon, että masennusdiagnoosi ei tulevaisuudessa aiheuttaisi häpeän tunteita, vaan sitä pystyttäisiin käsittelemään kuten muitakin sairauksia.

(Puhumalla eroon häpeästä!, Tarinat, Nyyti.)

Onko sinusta joskus tuntunut siltä, ettet riitä? Että olet jollain tavalla vääränlainen, sopeutumaton, huonompi kuin kaikki muut? Ehkä sinulla on jo diagnosoitu masennus tai jokin muu mielen sairaus, ehkä olet jo selittänyt pahimman ajan, ehkä käyt terapiassa juuri nyt. Jos luit tarinani, haluaisin sinun muistavan siitä tämän: Mielenterveyden vaihtelut ja synkemmät ajat eivät ole millään lailla hävettäviä asioita, eivätkä ne tee kärsijästään arvottomampaa, kykenemättömämpää tai vähemmän menestyksestä ihmistä. Jopa joka neljäs ihminen kokee jonkinlaista mielenterveyden horjumista elämänsä aikana – ongelmat ovat siis todella yleisiä.

Sinun ei tarvitsisi vaieta masennuksestasi, kaksisuuntaisesta mielialahäiriöstäsi, ahdistuksestasi, fobioistasi – mistä tahansa haasteista, jotka kohdallesi ovat sattuneet – sillä mitä enemmän niistä puhutaan, sitä normaalimmaksi ne yhteiskunnassa muuttuvat. Kun ymmärrys kasvaa, myös apukeinot vahvistuvat ja kehittyvät.

(Elämä oli minulle tuskaa, muille arkipäivää, Tarinat, Nyyti.)

Sairastumiseni on ohjannut minua pohtimaan arvojani. Vaikeina hetkinä olen oppinut arvostamaan läheisiä ihmisiä, liikuntaa ja vapaa-aikaa. Olen myös saanut oppia tuntemaan monia uusia ihmisiä, joihin en olisi muuten tutustunut. Olen oppinut, että mielen sairaus ei ole este pärjäämiselle. Vaikka voisin huonosti, voin silti olla optimisti. Vaikka minulla on skitsofrenia, voin silti elää hyvää elämää.

(Skitsofrenia ei ole maailmanloppu, Tarinat, Nyyti.)

Psy-diskurssi mahdollistaa asioita, joita uusliberalistinen suorituskurssi ei. Se on tarjolla keskellä tiukkoja olosuhteita ja armottomia vaatimuksia ja lupaa hyvän olon, armon ja lempeyden. Toimiminen eri diskursseissa samanaikaisesti antaa liikkumavaraa (Davies 2000; Scharff 2016; St. Pierre 2000). Psy-diskurssi tarjoaa kielen ja keinot uusliberalismin suorittamiskulttuurin vastustamiseen. Henkilökohtaiset tekniikat, kuten jooga, meditaatio ja liikunta voivat olla hyvinkin tärkeitä hyvinvoinnin ylläpitämisen kannalta. Ne kuitenkin paikantavat vastuun tiukkojen olosuhteiden hallinnoinnista yksilön kehoon ja mieleen. (Davies & Bansel 2005.) Ne ovat sekä vastarinnan että sopeutumisen keinoja.

Vaikka olen yleensä tehokas kiireessä, siitä aiheutuvaa stressiä en kaipaa. On tärkeää aloittaa ajoissa, mutta antaa myös joskus itselleen lupa olla tekemättä mitään. Molemmilla keinoilla omaa stressiään saa lievitettyä eikä tule edes huonoa omatuntoa laiskuudesta. Omasta jaksamisestaan on huolehdittava, jotta selviää kiireisen elämäntilanteen loppuun saakka.

(Ajankäytön hallintaa opettelemassa, Tarinat, Nytyi.)

Vaikka suorituskeskeisyys asetetaan kyseenalaiseksi monissa tarinoissa, jaksaminen ja siitä huolehtiminen välineellistyy keinoksi selviytyä olosuhteiden vaatimuksista. Itsestä on pidettävä huolta, jotta voi suorittaa. Myös hyvinvoinnista on tullut suoritus muiden joukossa, kuten alla oleva ote havainnollistaa. Terveelliset elämäntavat ja vastuulliset valinnat ovat osa uusliberaalin ihannesubjektin repertuaaria. (Ks. myös Scharff 2016.) Kaikilla elämänalueilla voi olla loputtomasti parempi:

Suoritin kaikkea mahdollista. Pyrin olemaan mahdollisimman tehokas ja täydellinen elämän ja hyvinvoinnin jokaisella osa-alueella. Ahdistuin esimerkiksi pitkästä bussimatkasta, koska tiesin yli 20 minuutin yhtäjaksoisen istumisen olevan terveydelle haitallista. Jätin menemättä bileisiin, koska seuraavalle aamulle oli tarjolla työvuoro ja mahdollisuus tienata rahaa. Kävin kolmessa eri ruokakaupassa, koska yhdestä sai halvimmat porkkanat ja toisesta raejuustot – halusinhan kuluttaa fiksusti.

En ajatellut olevani arvokas ihminen ilman, että jatkuvasti teen jotakin hyödyllistä. Heikkoa itsetuntoa on helppo kompensoida suorittamalla ja hankkimalla arvostusta sitä kautta.

(Älä ole all in one, Tarinat, Nytyi.)

Ylisuorittamisen hahmottaminen keinona kompensoida heikkoa itsetuntoa on psydiskurssiin tukeutuva jäsennys omasta tilanteesta.²⁵ Yhteiskunnan opiskelijoille asettamat vaatimukset ja odotukset kuitenkin tunnistetaan ja ihmisarvoa mietitään uusiksi: arvostukset tulevatkin jostain muualta kuin sisältä.

Täysi kalenteri ei välttämättä ole merkki siitä, että ihminen on palamassa loppuun. Sen sijaan se, että kalenterin täyttää vain, koska sen pitää olla täynnä, on. Minä lakkasin jo kauan sitten nauttimasta mistään, mitä tein. Ihmisarvo ei voi olla kiinni siitä, että on jatkuvasti kiireinen ja sata lasissa.

Opiskelijaelämästä saattaa ulkopuolisella olla leppoisa kuva, mutta todellisuus on kaikkea muuta. Pitäisi valmistua mahdollisimman nopeasti, hankkia työelämäkontakteja, säilyttää mukava elintaso ilman valtavaa lainaa, juhlia ja nauttia elämästä, kun kerran on nuori, huolehtia kunnosta. Olla niin maan perkeleen hyvä toivo yhteiskunnalle.

Be the best version of yourself – ole paras versio itsestäsi, julistaa motivaatiolause Facebookin seinällä. Uskallan väittää, ettei parasta versiota saavuta ainakaan niin, että jatkuvasti pyrkii olemaan paras ja kohoamaan korkeimmalle palkintopallille. Koska oikeasti, siellä jalustalla odottaa jekku.

Otat viimeisen askeleen.

Hups.

Korokkeesta puuttuu pohja.

(Älä ole all in one, Tarinat, Nyyti.)

Työn intensivoituminen koskee myös opiskelijoita. Monta kertaa loppuun kuluneena olen itsekin hakenut ratkaisua vähemmän tekemisestä, lyhyemmästä työviikosta ja säännöllisestä työajasta sekä rutiineista. Nämä eivät ole mitään mullistavia keinoja eivätkä ne toimi aina ja kaikille. Ne eivät myöskään aina toimi minulle. Joskus ne kuitenkin tepsivät ja niiden turvin voin jaksaa ja voida paremmin ja jopa saada jotain siinä ohessa aikaiseksi. Kieltäytymisen ja rajanvetojen avulla olen pyrkinyt selviytymään yliopisto-opiskelun paineista ja huolehtimaan jaksamisestani. Vähemmän tekeminen on vaatinut kieltäytymistä monista asioista.

²⁵ McLeod ja Wright (2016, 783) kirjoittavat itsetunnon käsitteen poliittisesta historiasta ja siitä, kuinka 1970-luvulla alkunsa saaneet voimaannuttavat ja emansipatoriset feministiset pyrkimykset tyttöjen itsetunnon vahvistamiseksi ovat muuttuneet epäpoliittiseksi itsetuntopuheeksi.

Olen päässyt huomaamaan, kuinka tällaiset henkilökohtaiset selviytymisstrategiat kuitenkin törmäävät pian yhteiskunnallisiin ja institutionaalisiin raameihin. Jos tarvitsee täyden opintotuen, on opiskeltava vähintään 45 op/lukuvuosi. Jos ei ole varaa olla opintojen aikana ilman palkkatyötä, mutta ei pysty tai halua tehdä ylipitkää työviikkoa, joutuu palkkatyötunnit vähentämään opiskelusta. Ja kun opiskelee vähemmän, opinnot myös viivästyvät tavoiteajoista ja näin opintotukikuukaudet loppuvat helposti kesken.

Opiskelijalla on kuitenkin tosiasiaa aikaa vaivaiset 24 tuntia vuorokaudessa. Opiskelijan velvollisuuksiin kuuluu muun muassa, että pitäisi suorittaa riittävä määrä opintopisteitä, ettei menetä hyvin pieniä Kelan pennosia.

(*Riittävän hyvä opiskelija*, Tarinat, Nytyi.)

Ja siis muistuu itselleen mieleen mitä balansoimista toi tulojen kaa kikkailu oli. Systeemi puskee sut tekee töitä, jos ei oo massivanhempia. Jos teki töitä, niin piti olla tosi varovainen, ettei mennyt euroakaan liikaa yli rajat tai sit joutui maksamaan takas opintotukia. Ja siis ne rajat oi silloin tosi tiukat ja koska kesät laskettiin siihen mukaan, niin aiheutti kyl vaikeuksia välillä. Ymmärrän kyllä ihan täysin miksi tuloajat on, mut toi oli aika stressaavaa koko ajan laskea ja kytätä tuloja.

(Stiina, kommentti graduun 18.4.2020.)

Jos opintosi eivät edisty riittävästi, Kela voi muuttaa tukesi määräaikaiseksi tai lakkauttaa sen kokonaan. Kela voi myös periä sinulta tukea takaisin, jos sinulla on ollut opintosuorituksia erityisen vähän [...]

(Kela 2020b.)

Jos et ole pystynyt suorittamaan tutkintoasi loppuun tutkinnon enimmäistukiaikana, voit saada tukiajan pidennystä yhteensä enintään 9 kuukautta.

Voit saada pidennyksen vain, jos voit osoittaa, että opintosi ovat viivästyneet sairauden tai muun erityisen painavan syyn takia. Muu erityisen painava syy voi olla esimerkiksi vaikea elämäntilanne, kuten avioero.

(Kela 2020c.)

Ei ole siis ole mahdollista hidastaa opintojen suorittamistahtia, kuin tiettyyn pisteeseen asti ilman, että siitä koituu taloudellisia seuraamuksia. Samoin yliopiston tutkintorakenteet ja opetuskäytännöt, sekä yksittäisten kurssien ja opettajien toimintatavat tulevat vastaan, jos opiskelija ei syystä tai toisesta pysty hoitamaan kurssisuorituksia määräajassa. Moni asia ei ole itsestä kiinni. Tukien edellyttämän opintopistesaldon kannalta kriittinen kurssisuoritus voi jäädä kiinni opettajan armollisuudesta ja joustavuudesta – siitä, saako lisäaikaa harjoitustehtävän

palautukseen. Jos uupumus tai muu toimintakykyä alentava tilanne iskee kesken pullonkaulakurssin²⁶, voi koko loppuperiodin kurssiaikataulu, ja siten myös opintotukien myötä talous, olla vaarassa.

Opiskelijoiden tarinoissa toistuu yksilökeskeinen, edellisessä luvussa käsitelty vastuujattelu, jonka mukaan hyvinvoinnista huolehtiminen on vain kiinni siitä, että varaa itse aikaa levolle ja ottaa lomaa sen verran, kun sitä tarvitsee. Tämä kulkee linjassa Daviesin ja Banselin (2005) tutkimukseen osallistuneiden akateemisten työläisten ratkaisumallien kanssa.

Opiskelijan on annettava itse itselleen aikaa, sillä aikaa ei tule tilaamalla mistään muualta.

(Riittävän hyvä opiskelija, Tarinat, Nyyti.)

Kun ajattelee, että tekee jotain omasta tahdosta tai koska valitsee niin, tai koska jokin itsessä ajaa tekemään niin, on omaksunut käsityksen itsestään autonomisena subjektina (Davies 2006). Osassa tarinoista tunnistettiin opiskelun olosuhteiden merkitys opiskelijaelämän mahdollisuuksien avaajana ja rajoittajana. Muutamassa kirjoitettiin näihin liittyvistä muutostoiveista.

Opiskeleminen Suomessa on hienoa monesta syystä, mutta aivan erityisesti siksi, että se on ylipäättään mahdollista. Vaihtovuoteni aikana minulle selvisi, että useassa maailman maassa opiskelijan elämä ei ole ihan ihmisen elämää. Siis siinä mielessä, että siihen ei useinkaan mahdu kaikkea sitä, mitä elämässä nyt tapaa sattua, joillekin enemmän kuin toisille ja osin ihan arvalla valiten. Innostukselle, epäilyksille, vaikeuksille ihmissuhteissa, jopa sairastelulle on vaikea löytää tilaa. Amerikkalaisen huonetoimerini elämässä kirjastossa vietetyt yöt olivat enemmän sääntö kuin poikkeus, eikä vakavamman ihmissuhteen ylläpitäminen olisi tullut kysymykseenkään. Nyt näyttää siltä, että Suomenkin opiskeluolosuhteita ollaan puristamassa samaan suuntaan. Onko se todella tarpeen ja seuraako siitä jotain hyvää? Vahvastipa epäilen.

(Counting my blessings – ihmisenmuotoista elämää etsimässä, Tarinat, Nyyti.)

Silti joskus toivon, että (korkeakoulu)maailma oppisi vielä paremmin arvostamaan ja ottamaan huomioon herkkyyttä.

(Eräs erityisherkkä korkeakoulussa, Tarinat, Nyyti.)

²⁶ kurssi, jonka suoritus on edellytys muille kursseille osallistumiselle.

Yhteiskunnan odotusten kyseenalaistaminen on yksi opiskelijoiden käyttämistä keinoista, jolla he avaavat itselleen tilaa poiketa koulutuspolun ja opiskelijuuden normeista. Ihmisarvon uudelleenmäärittely sekä myötätuntoinen suhtautuminen itseen ja muihin toimivat tapoina irtautua suorittamiseen kytkeytyvistä vaatimuksista ja ihanteista. Epäonnistumisen hyväksyminen osaksi elämää, myötätunto, armollisuus ja lempeys itseä kohtaan asettuu vastarinnaksi vahingollisena nähdylle ylisuorittamiselle ja perfektionismille. Rennompi elämä ja ”elämänasenne” valjastetaan vastaukseksi liiallisiin vaatimuksiin. Opiskelijat suosittelevat lukijalle omia ratkaisujaan: enemmän vapaa-aikaa ja lepoa, pysähtymistä, hetkeen tarttumista ja mukavien asioiden tekemistä. Nämä ratkaisumallit ovat toki kulttuurisesti jaettuina ja ne kytkeytyvät yksilökeskeiseen psy-diskurssiin.

Psy-diskurssia käytetäänkin monipuolisesti omiin tarkoituksiin. Jotta opiskelijat voivat harjoittaa toimijuutta tämän diskurssin kautta, heidän on omaksuttava se, tultava siinä taitaviksi, ja tämä edellyttää diskurssin subjektiksi tulemistä (ks. Butler 1997; Davies 2000). Diskurssitaituruus mahdollistaa liikkumavaran diskurssissa. Diskurssissa tarjoutuu toisin tekemisen paikkoja, mutta ne ovat tietynlaisia, mitä vaan ei siis ole mahdollista tehdä.

Olen edellä tarkastellut, miten Nyytin sivuilla olevissa tarinoissa tuotetaan aktiivisen ja yrittäjähenkisen työntekijäkansalaisen ideaalia ja miten opiskelijat ottavat nämä ihanteet omakseen ja toisaalta vastustavat niitä sekä käyttävät psy-diskurssia omiin tarkoituksiinsa. Seuraavassa alaluvussa vedän aineiston ja teorian kanssa punottuja lankoja yhteen ja pohdin ihanteen suhdetta normaaliin.

Yhteenvetoa ihanteesta ja keskustelua normaalista

Kaikkiaan yhdeksännen vuoden opiskelijana olen juuri niitä pahamaineisia, joita tavataan parjata kaikkialla, missä sana kestävyysvaje heittää uhkaavan varjonsa. Takanani on juuri sitä, mitä ei pitäisi olla: opinto-ohjelman vaihtaminen, epäilyksiä ja itsen etsimistä, erilaisia puolivillaisia sivuainekokeiluja. Opintolainaa välttelin viimeiseen asti, joten toinen jalka on tietysti työelämässä ollut pitkään ennen valmistumista. Välivuoteen en sentään syylistynyt – koska kaikkihan me tiedämme, että välivuosi tarkoittaa silkkaa paikallaan makaamista ja kattoon räkimistä, ja on yleisesti ottaen tie ojan pohjalle.

(Counting my blessings – ihmisenmuotoista elämää etsimässä, Tarinat, Nyyti.)

Opiskelijat tietävät, millainen on vääränlainen opintopolku ja millaista vääränlainen opiskelijuus. Ylöstaloa (2014) seuraten, jäsenmän tarinoissa tuottuvaa subjektiviteettia aktiivisen työntekijäkansalaisuuden sekä yrittäjäminuuden käsitteiden kanssa. Kuten viidennessä uusliberalistista hallintaa käsittelevässä luvussa kirjoitin, aktiivista kansalaisuutta voi esimerkiksi tarkastella normatiivisena ihanteena, eräänlaisena ”etäännytettyinä tavoitteena”, joka määrittää, minkälaisia meidän tulisi olla (Naskali 2010a, 89). Vaikka Vähämäki (2005) arvelee *Haastatteluja*-teoksen esipuheessa, että kontrollien toiminnan ymmärtäminen edellyttäisi ”säännön ja poikkeuksen” sekä ”normaalin ja epänormaalin” kaltaisista dualismeista luopumista, näen nämä kahtiajaot hedelmällisinä keinoina hahmottaa kurivallan jatkuvaa toimintaa jälkimodernissa yhteiskunnassamme kontrollien rinnalla ja niihin kietoutuneena.

Naskali (2010a, 87) lukee tutkimaansa kurssiin osallistuneiden opiskelijoiden vastauksissa ilmennyttä sisäisen yrittäjyyden korostamista mieleen kohdistuvana kontrollivaltana. Tämä hallinta johtaa minäteknologiaan, jossa opitaan sovittamaan itseä ja minuutta vaatimuksiin toivotunlaisesta persoonallisuudesta ja kyvykkyydestä. Näin tuotetaan myös ”yliopisto-opiskelijan subjektiutta, hyvää opiskelijaa”, jonka määreet asettavat raamit ja vertailukohdan jokaisen opiskelijan olemiselle. (Mt.) Ihanne on siis jotain, jota kohti ihmiset itse pyrkivät. Nämä ihanteet ovat aina liikkeessä niin, että niitä ei voi koskaan täysin tavoittaa. Niihin kuitenkin liittyy illuusio siitä, että ne olisivat tavoitettavissa kaikille – ei vain joillekin superyksilöille tai sosioekonomiselta asemaltaan etuoikeutetuille. (Ks. Naskali 2010b, 257; Walkerdine 2003, 239–240.)

José Llamas on haastattelututkimuksessaan selvittänyt, millainen ihanteellisen opiskelijan tulisi olla. Vastauksista piirtyy kuva opiskelijasta, joka osallistuu aktiivisesti opetukseen, on refleksiivinen, kilpailullinen sekä suunnitelmallinen. Tällä hyvällä opiskelijalla on tarpeeksi resursseja selviytyä vastaan tulevista ongelmista. Hän on aidosti kiinnostunut opinnoistaan ja nauttii tekemästään. Hän on ahkera, selvittää asiat perinpohjin, ottaa vastuun omasta oppimisestaan ja saa hyviä arvosanoja. Hyvä opiskelija ei vain suorita vaan hän myös oppii. Hän tukee muita opiskelijoita, on vaativa itseään kohtaan ja osaa myös varata itselleen vapaa-aikaa. (Llamas 2006, 671–672.)

Samansuuntaisia kriteereitä on myös luettavissa aineistoni tarinoista. Aktiivisuus kietoutuu kaikkiin ideaalin opiskelijuuden osa-alueisiin. Sitä ilmentää elämänhallinnassa olennainen itseohjautuvuus ja itsekurin tekniikat, joilla omaa arkea, opiskelua, mieltä ja kehoa hallinnoidaan. Tarinoissa ihanneopiskelija määrittyy aktiiviseksi, itsenäiseksi ja joustavaksi toimijaksi (vrt. Niemi & Kurki 2013, 204). Juva ja Vaahtera (2017, 52) tarkastelevat artikkelissaan sitä, miten *normaali oppilas* konstruoidaan sosiaalisten taitojen käsitteen kautta ja sitä, kuinka tämä kytkeytyy valtion pyrkimykseen tuottaa kansalaisia, jotka sopeutuvat kapitalistiseen yhteiskuntaan. Tarinoissa sosiaalisuuden normiin kytkeytyvä aktiivisuus ilmenee aloitteellisuutena ihmissuhteissa ja itsen haastamisena esillä oloa vaativissa sekä muissa sosiaalisissa tilanteissa. Koulutuspolun osalta aktiivisuutta on unelmien jahtaaminen ja toimeen tarttuminen, joka voi tarkoittaa esimerkiksi opintoalan vaihtoa.

Aktiivinen kansalaisuus on erityisen kiinnostava, kun sitä vasten peilataan monesti passiiviseksi leimautuvaa mielenterveyden häiriöön sairastunutta opiskelijaa. Onko kansalainen ollenkaan, jos ei kykene käymään töissä tai edistämään opintojaan tavoitetahtiin? Normalisoinnin voimat tuottavat kielen, rakenteiden, diskurssien ja käytäntöjen kautta ne ehdot, joiden myötä tulemmme tunnistetuiksi täysinä ihmisinä tai ali-ihmisinä, varteenotettavina tai kelvottomina subjekteina, kansalaisina tai epäkansalaisina (Vandekinderen & Roets 2016, 38).

Tarinoissa puhutaan ahdistuksesta, stressistä, masennuksesta ja loppuunpalamisesta. Vähämäki (2009, 70) kutsuu näitä vastuusairauksiksi ja näkee niiden liittyvän yhteiskunnan ja työn muutoksiin. Myönteisen ja ratkaisukeskeisen elämänasenteen,

kuten myös hyvinvoinnin, ylläpitäminen vaatii aktiivista työtä itsen kanssa. Omaa ajattelua on ohjailtava ja arkea järjesteltävä, jotta hyvinvoinnille on otolliset puitteet.

Itsetutkiskelua käsittelevät tarinaotteet voi lukea subjektin objektivointina, sillä niissä opiskelijat asettavat itsensä ja oman elämänsä ajattelun kohteeksi. Tätä voi kutsua myös refleksiivisyydeksi, joka on yksi hyvän yliopisto-opiskelijan kriteereistä (Llamas 2006; Naskali 2010a). Ahkeruus, suunnitelmallisuus, refleksiivisyys ja vaativuus itseä kohtaan liittyvät elämänhallintaan ja elämänasenteeseen. Opintojen eteen on tehtävä paljon töitä ja suunnitelmallisuus on opiskelun järjestämisessä keskeistä. Refleksiivisyys auttaa tunnistamaan omat kehityskohteet ja työstämään niitä. Sen voi ajatella subjektivaationa, jossa itseä arvioidaan suhteessa normeihin ja kaikesta, mikä ei sovi näiden kanssa yhteen pyritään eroon (Naskali 2010a, 87; ks. myös Vähämäki 1998, 145). Hyvinvointi vaikuttaa tarinoiden pohjalta edellyttävän juuri itsetutkiskelua ja oman ajattelun muokkaamista. Refleksiivisyys asettuu siis itsestään huolehtivan sekä omia unelmiaan seuraavan opiskelijan ominaisuudeksi.

Elämänhallinnan tekniikat ovat yhteneväiset yrittäjäminuuden ja työntekijäkansalaisuuden vaateiden kanssa. Yrittäjyys edellyttää itseohjautuvuutta ja toimeliaisuutta. Kuin kunnollinen aktiivinen kansalainen, ihanneopiskelija ottaa vastuun itsestään, valinnoistaan ja omasta hyvinvoinnistaan. Hän on itsenäinen riskienhallinnan yksikkö (Saastamoinen 2010, 233). Opiskelijan kuuluukin omaksua yrittäjämäinen asenne, jossa otetaan riskejä ja ollaan sinut epävarmuuden kanssa. Opiskelijat ovat hyvin vaativia itseään kohtaan sekä opiskelun suhteen että sosiaalisuuden osalta. Itseä haastetaan esimerkiksi menemällä jännittäviin tilanteisiin. Kunnianhimoisuus näkyy muun muassa siinä, ettei opiskelupaikan valinnassa tyydytä mihin tahansa ja itseä ollaan valmiita puskemaan epämurkavuusalueelle, jotta saisi vastattua korkeakoulun sosiaalisiin ja opinnollisiin vaatimuksiin.

Naskalin aineisto sisälsi myös yrittäjyyskasvatuksen tavoitteiden ”vastakarvaan” lukemista ja näkemyksiä, joissa opiskelijat eivät kuvanneet yrittäjämäisyyttä persoonallisuuden piirteinä tai ominaisuuksina, vaan koulutukseen kietoutuvan vallan tuotoksena. (Naskali 2010a, 87.) Opiskelijat eivät siis aina suosiolla asetu uusliberalistisen koulutuspolitiikan tarjoamaan ihannekansalaisen positioon (Ylöstalo 2014, 6). Nyytin sivuille tarinoita kirjoittaneet opiskelijat eivät myöskään purematta nielleet uusliberalismin ihannetta. Osa tunnisti yhteiskunnan roolin paineiden

tuottajana sekä kyseenalaisti suorituskeskeisyyttä. Ihannetta kyseenalaistettiin psy-diskurssin tarjoamin keinoin, ja näin se laitettiin palvelemaan omia tarkoitusperiä. Ratkaisut kuitenkin jäivät pääasiassa yksilötasolle (vrt. Gill 2009, 237; Scharff 2016, 108).

Psy-diskurssilla ja uusliberalistisella hallinnalla on samansuuntaisia käsityksiä elämästä ja sen tarkoituksesta. Psy-diskurssi ei opiskelijoiden tarinoissa kyseenalaista palkkatyön merkitystä yhteiskunnallisen jäsenyyden ehtona eikä ajatusta elämästä itsen toteuttamisena, vaikkakin se laajentaa elämän tarkoitusta korostamalla myös muun kuin työn tärkeyttä sekä tarjoaa mallin vähemmän suorituskeskeiselle itsen toteuttamiselle.

On huomionarvoista, että tähän tutkielmaan valittua tarina-aineistoa sävyttää se kanava, jolla tekstit on julkaistu. Ratkaisuihin ja myönteisyyteen kannustava Nyytin kirjoituskutsu ja kyseisen yhdistyksen voimavarakeskeisyys suuntaavat tekstejä tietynlaisiksi: näin juuri tällä alustalla ei muita kuin yksilökeskeisiä vastarinnan muotoja niin helposti esiinny. Toisenlainen kanava, kuten esimerkiksi feministinen *Radikaalia mielenterveyttä* -kollektiiviblogi, puolestaan julkaisee yhteiskunnallisesti virittyneitä kriittisiä tekstejä ja siten foorumina raamittaa mielenterveydestä käytyä keskustelua valtavirrasta poikkeavalla tavalla. Kuten Nyytin tarinat, se tarjoaa vinkkejä hyvinvointiin mutta samalla se toimii alustana sortavien rakenteiden ja normien kritiikille sekä sen ruotimiselle, miten poliittinen vaikuttaa mielenterveyteen ja miten mielenterveys on poliittista (Radikaalia mielenterveyttä 2020).

Itseapu osana uusliberalistista ja psykologista hallintaa

Diskurssit muodostavat aiheen, määrittelevät ja tuottavat siihen liittyvän tiedon kohteet sekä säätelevät sitä, miten tästä aiheesta voidaan puhua ja miten sitä voidaan järkeistää. Ne vaikuttavat myös siihen, miten ideat pannaan täytäntöön ja miten ihmisten käyttäytymistä ohjataan. (Hall 2003, 44.) Diskurssit siis tuottavat sekä sen, mitä voidaan sanoa että sen, mistä ei puhuta. Me opimme diskurssien mukaiset puhumisen, tekemisen ja olemisen tavat ja lopulta osaamme ne niin hyvin, ettemme edes tunnista oppineemme niitä, vaan pidämme niitä itsestäänselvinä totuuksina. Niistä tulee jotain normaalia – jotain, mitä vasten niiden ulkopuolelle asettuvaa arvostellaan erilaisena, outona, vääränä. Niiden voima on siinä, että ne otetaan huomaamatta omaksi eli niistä tulee kuin itsestä lähteviä tapoja ajatella. Kun diskurssin mukaiset ajattelun ja puhumisen tavat sekä halut ja arvostukset tuntuvat omilta, ei niitä tunnisteta yhteiskunnalliseksi ja kulttuuriseksi ilmiöksi. Näin, kuten Foucault on esittänyt, diskurssit muovaavat sekä puhumisen kohteet että puhuvat subjektit. (Vuori 2001, 81.)

Mielenterveyspolitiikka muodostaa hyvin konkreettiset raamit sille, kuka voi saada apua, mihin ja miten. Tämän tutkimuksen kontekstina oleva korkeakoulutus puolestaan muodostaa puitteet, joihin opiskelijoiden on mukauduttava. Nämä puitteet nivoutuvat talouspolitiikkaan, sosiaaliturvaan ja yhteiskunnan ihanteisiin. Korkeakouluopiskelua määrittävät diskurssit säätelevät sitä, miten opiskelijoita ajatellaan, millaista toimintaa ja millainen positio heille on tarjolla, sekä mikä sulkeutuu diskurssin ulkopuolelle. Nykyisen uusliberalistisen koulutuspolitiikan valtakaudella ajatus opiskelusta jonain muuna kuin tutkintohakuisena työelämään valmistavana sijoituksena on ahtaalla (ks. esim. Hilpelä 2004a; 2004b; Ylöstalo 2014).

Itseapu tarjoaa erilaisia neuvoja ja keinoja, joita voi halutessaan ottaa käyttöön ja jotka kantavat lupausta hyvinvoinnista – mahdollisuus voida hyvin. Kontrolleissa tilan ja ajan määreet antavat myöten. Ne avaavat mahdollisuuksia yksilöllisiin ratkaisuihin: aikataulut voidaan räätälöidä tarpeisiin, etätyöskentely on vaihtoehto, tehtävät voi suorittaa monella eri tavalla. Ne eivät aseta ulkoa tulevia rajoitteita, vaan ne ohjaavat arvioimaan omaa toimintaa, ajankäyttöä, aikaansaannoksia ja tavoitteiden saavuttamista: ”oletko käyttänyt kaikkia kykyjäsi parhaimmalla mahdollisella tavalla”? (Holvas & Vähämäki 2005, 116.)

Suvereenin vallan herättämän pelon, protestanttisen työetiikan vaaliman syyllisyyden ja kurivallan aiheuttaman kivun sijaan – tai niiden ohella, jos otetaan huomioon kurivallan ja kontrollin limittäisyys – kontrollit viljelevät ahdistusta, riittämättömyyttä ja pahoinvointia (Holvas & Vähämäki 2005, 116; ks. myös IPC 2014b; 2014a). Psykologisen hallinnan agenda on säädellä ihmisten toimintaa poliittisten tavoitteiden kannalta suotuisaan suuntaan ja tähän käytetään apuna psykologista osaamista ja käyttäytymistieteiden antia (Pykett ym. 2017, 2). Foucault'n hallinnallisuuden käsite auttaa jäsentämään, miten uusliberaalit subjektit muodostetaan terapeuttisen kulttuurin kautta – kulttuurin, joka samalla, kun se lupaa maallisen vapahduksen, ylläpitää dominoinnin suhteita. Yhteiskunnallinen vastuu on rapautunut uusliberalismin laajentumisen myötä. Psykosentrismi varmistaa, että sosiaali- ja terveydenhuollon viranomaistahot sekä poliittiset päättäjät pääsevät pälkähästä samalla, kun yksilöt asetetaan vastuuseen ja tilivelvollisiksi tilanteista, joita he eivät välttämättä ole itse luoneet. (Rimke & Brock 2012, 197.)

Mielenterveysaktivismissa ja -politiikassa on pyritty purkamaan mielenterveyden ongelmien statusta häpeällisenä poikkeustilana sekä monipuolistamaan yksitoikkoista kuvaa mielenterveyden häiriöön sairastuneesta ihmisestä. Syrjivien käytäntöjen sijaan tällainen stigma -retoriikka ottaa tähtäimeensä ennakkoluulot ja asenteet. Ahonen kuitenkin muistuttaa väitöskirjassaan, että mielenterveyden häiriöön sairastuneet kärsivät ensisijaisesti ”yhteiskunnan eriarvoistavista rakenteista suoranaisista ihmis- ja perusoikeusrikkomuksista”, eivät ”ennakkoluuloista, asenteista ja stigmasta”. (Ahonen 2019, 234.)

Erilaiset mielenterveyden edistämiseen erikoistuneet tahot voisi nähdä psykologisen hallinnan harjoittajina. Yliopiston tarjoamien opintopsykologien palveluiden on tarkoitus ohjata opiskelijoiden toimintaa kohti sujuvampaa opiskelua. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö YTHS tarjoaa vastaanoton lisäksi nettiterapiaa ja verkkosivuillaan paljon itseapumateriaalia, joiden avulla omaa käyttäytymistä voi työstää. Opiskelijoiden mielenterveyden ja opiskelukyvyn edistämiseen erikoistuneen Nyyti ry:n sivuilla on neuvoja, elämäntaito-oppaita sekä keskustelualustoja. Nämä kaikki palvelut pyrkivät ajattelu- ja toimintatapojen muokkaamiseen. Tämä ei tietysti ole ongelma itsessään. Jessica Pykett, Rhys Jones ja Mark Whitehead (2017, 17) muistuttavat *Psychological Governance and Public Policy* -kokoomateoksen

johdannossa, että sekä ne toimijat, jotka ovat mukana muuttamassa muiden käyttäytymistä että ne, jotka pyrkivät muokkaamaan omaa käyttäytymistään eivät vain passiivisesti omaksu uusliberalistisia imperatiiveja. Psykologista hallintaa ei tulisi tarkastella pelkästään rajoittavana ja manipulatiivisena vallan muotona vaan huomiota tulisi kiinnittää myös siihen väistämättä sisältyviin ristiriitoihin, jännitteisiin, konflikteihin ja vastarintaan. (Mt.)

Opiskelija luovii elämäänsä monien ristiriitaisten odotusten ja vaatimusten solmukohdassa. Hänen tulisi seurata intohimoaan ja valita viipymättä opintopolku, jolla hänen tulisi pysyä loppuun asti. Valitun opiskelualan epäily ja vaihtaminen koetaan normista poikkeavana, vaikka sekin toisaalta nimetään oman intohimon seuraamiseksi. Opiskelijan tulisi opiskella nopeasti mutta myös hankkia relevanttia työkokemusta. Taloudellista tukea täysipäiväiseen opiskeluun on niukennettu ja muutettu entistä lainapainotteisemmaksi mutta työnteko näyttäytyy paheena, sillä se hidastaa opintojen etenemistä. Ristiriitaista tässä on se, että työntekoa muuten pidetään yhteiskunnallisesti erittäin kovassa arvossa. Opiskelijalle se on toisinaan taloudellisen tilanteen sanelema välttämätön paha tai valttikortti, kun työkokemuksen perään kysellään valmistumisen jälkeen. Tarinoiden opiskelijat tekivät töitä muun muassa välttääkseen lainan ottamista. He tunnistivat työnteon hidastavan opintojaan ja yksi opiskelija nimesi sen listaan asioita, jotka tekevät hänestä yhden niistä ”pahamaineisista” opiskelijoista.

Opiskelijoiden tarinoissa tuotetaan uusliberaalia ihanneopiskelijaa, joka on oman onnensa seppä ja tekee oikeita valintoja rajattomien mahdollisuuksien edessä intohimoaan seuraten. Hän on yksilöllinen, itsenäinen ja muista ihmisistä irrallinen, aina valmis ottamaan riskejä – hyppäämään tuntemattomaan. Hän kestää hyvin epätietoisuutta ja keskeneräisyyttä. Ihanneopiskelija hyödyntää potentiaalinsa: hän on paras versio itsestään ja ottaa elämästä kaiken irti. Hänen arvonsa on kiinni onnistumisessa, menestymisessä ja joukosta erottumisessa.

Tarinoissa toistuu itsen vastuullistaminen. Kun ongelma on itsessä, ratkaisuksi asettuvat yksilökeskeiset psy-interventiot ja elämänhallinnan taktiikat. Opiskelijat ottavat vastuun elämästään ja siinä kohdatuista ongelmista sekä työstävät itseään kohti ihannetta. Tässä monia auttaa positiivinen psykologia, sillä se suuntaa huomion ahdistavasta epätietoisuudesta kohti tilanteen hyväksyntää, kiitollisuutta ja

voimavaroja. Psy-diskurssin avulla uusliberaali ihannesubjekti sopeutuu prekaariin elämään.

Nikolas Rosen esimerkkiä työttömistä ja Prozac-lääkkeestä (Rimke & Brock 2012, 197) voi soveltaa myös opiskelijoihin. Jos opiskelija kuormittuu opinnoissaan, ratkaisuksi tarjotaan opintopsykologin vastaanottoa, itseapumateriaaleja, joissa annetaan neuvoja terveellisistä elämäntavoista, elämänhallinnan keinoista, ajanhallinnasta ja tavoista suhtautua itseän. Opiskelijaa kehoitetaan pitämään taukoja ja huolehtimaan vapaa-ajasta ja levosta. Sosioekonomisten ja institutionaalisten järjestysten ja edellytysten muutos ei kuitenkaan ole vaihtoehtona. Vaikka mielialälääke voi varmasti auttaa kestämään työttömyyden mukanaan tuomaa epävarmuutta ja niukkuutta ja täten olla hyvin arvokas väliaikainen hoitokeino, työttömän tilanteeseen voisi pitkällä tähtäimellä parhaiten auttaa vakituinen työsuhde. Samoin opiskelijan tilanteeseen voisi auttaa esimerkiksi turvattu toimeentulo opintojen aikana, joustavat opintojen suoritushetkensä sekä opintojen ohjauksen parempi resursointi. Opiskelijan on vaikea ihan vain omalla päätöksellään varata itselleen enemmän vapaa-aikaa, jos elämän edellytykset eivät anna sellaiselle myöten. Sanna Rikalan (2018, 168) tutkimus osoittaa, kuinka vaikeudet päästä hoitoon ja ongelmat toimeentulon kanssa voivat johtaa ongelmien kasautumiseen, mielenterveysongelmien vaikeutumiseen ja entistä syvempään pahoinvointiin.

Yhteiskunnallinen muutos ja yksilöön kohdistuva hoito eivät ole toisensa poissulkevia, vaan molemmat ovat tarpeen. Alison Kafer (2013, 6) kirjoittaa kahdesta eri näkökulmasta vammaisuuteen ja toimintakyvyn rajoitteisiin. Jos näkökulma on lääketieteellinen ja yksilökeskeinen, ongelmaksi asettuu yksilön vamma/häiriö ja ratkaisuksi lääkitys ja yksilöllinen hoito. Näkökulman ollessa poliittinen ja relationaalinen ongelma paikantuu puolestaan tilojen esteellisyyteen, syrjiviin asenteisiin sekä ideologisiin järjestelmiin, jotka osoittavat tietyt mielet ja kehot normaaleiksi ja toiset poikkeaviksi. Tästä kulmasta katsottuna, vammaisuuden ja toimintakyvyn ongelma ei korjaannu lääketieteellisillä tai terapeuttisilla interventioilla vaan yhteiskunnallisella ja poliittisella muutoksella. Lääketieteellisellä interventiolla on toki paikkansa tässä transformaatiossa. On kuitenkin tärkeä politisoida hoitokäytäntöjä ja tarkastella kriittisesti sitä, kenen toiveet ja tarpeet otetaan huomioon hoitojen lähtökohdissa, käytäntöjen suunnittelussa ja toteutuksessa

sekä miten kehon ja mielen variaatioiden lääketieteelliset ja psykiatriset representaatiot, diagnoosit ja hoidot ovat kyllästettyjä ideologisilla oletuksilla normaaliudesta ja epänormaaliudesta. (Mt.)

Tämä gradu on saatettu loppuun unilääkkeiden avustuksella. Yritin pitkään pärjätä ilman, mutta ison urakan päätöksen läheneminen nosti levottomuuden lopulta sellaiseksi, että uni antoi odottaa itseään ja jos se saapui, tuli se repaleisena ja tynkänä. En pystynyt enää väsymykseltäni työskentelemään. Lopulta varasin ajan YTHS:n yleislääkärille. En vältellyt unilääkkeitä lääkevastaisuuden vuoksi vaan koska kattavasta kokemuksesta tiedän, että niiden sivuvaikutukset saattavat hankaloittaa työskentelyäni jopa unettomuutta enemmän. Kävin tapaamassa lääkäriä ja kertasin kaikki eri lääkekokeiluni ja niiden seuraamukset. Hän kuunteli minua, otti tarpeeni vakavasti ja tarjosi minulle uusia vaihtoehtoja kokeiltavaksi. Vihdoin kolmas lääke tarjosi riittävän tuen ja väsyneet työpäivät olivat historiaa. Psykoterapia (jossa jo käyn) tai yhteiskunnallinen muutos eivät olisi tarjonneet minulle tarvitsemaani välitöntä helpotusta tilanteeseen, mutta toisaalta nopea medikaalinen ratkaisu ei poista avun tarvetta pitkällä tähtäimellä. Eikä parantuminen aina ole vaihtoehto. Lääkkeitä voi tarvita koko elämän. Elämän puitteisiin, vaatimuksiin ja arvostuksiin voimme kuitenkin vaikuttaa vain muilla rintamilla.

Kun olemisen ja tekeminen on yhteiskunnalliset rajoitukset tiedostavaa, diskurssin ”oikein hallinta” ei uhriuta. Diskurssit tarjoavat meille puhujan paikan ja ne varmistavat sen, että tulemme kuulluksi – samalla me kuitenkin alistumme niiden pakottavuudelle. (Brunila & Mononen-Batista Costa 2010.) Opiskelijat myös kyseenalaistavat uusliberalistisen ihannesubjektin suorituskeskeisiä vaatimuksia ja arvostuksia. Psy-diskurssin sanasto ja harjoitteet otetaan omaan käyttöön ja sen keinoin asetetaan maltillisempia tavoitteita, arvioidaan elämänarvoja uusiksi sekä tuotetaan myönteisempää kuvaa itsestä. Vastarinnassa ei olekaan kyse yksinkertaisesti vastustamisesta, vaan opiskelijat toimivat eri diskursseissa ja käyttävät niitä omiin tarkoituksiinsa. Diskurssien välillä siirtyminen ja samanaikainen useamman diskurssin hyödyntäminen voi tuoda liikkumavaraa tukalaksi käyneissä olosuhteissa. Diskurssit voivat kuitenkin myös tukea tosiaan, ja näin huomaamatta voimme hengitystilaa hakiessa vangita itsemme uusin kahlein samoihin

tukahduttaviin edellytyksiin. Yksilökeskeisyys yhdistää psy-diskurssia ja uusliberalistista hallintaa. Ne molemmat paikantavat ongelmat ja ratkaisut yksilöön.

Tarinoista on luettavissa uusia itseen kohdistuvia vaatimuksia, vaatimus olla myötätuntoinen ja hallita itseään ja tunteitaan. Nämä voivat näyttäytyä jopa armottoman kovina, sillä mitä sitten, jos ei pysty tähän? Jos vaikka toimeentulon turvaamisen vuoksi ei voi höllentää aikataulujaan? Tai jos ei onnistu suhtautumaan itseensä ja elämäänsä lempeän armollisesti, onko silloin menetetty tapaus?

#Mitätehtäis, että pärjättäis?

Viimeistelen tätä gradua poikkeuksellisena aikana. COVID-19-pandemian vuoksi läsnäolopakosta on luovuttu, on siirrytty verkko-opetukseen, kurssien määräaikoja on jatkettu. Nämä ovat asioita, jotka voisivat auttaa monia opiskelijoita muutenkin. Vanhempainliiton verkkosivuilla 1.4.2020 julkaistussa blogikirjoituksessa on lainauksia kahden erityiseksi nimetyn perheen etäkouluarjesta:

Vanhimmalla tytöllä on ADHD. Sillä diagnoosilla sai unohtaa lääkäriopinnot, tyttö heitti sen haaveen hukkaan ja opiskeli muuta. Se ei kuitenkaan ollut oikea ala ja hän päätti hakea lääkikseen. Toisella yrittämällä pääsi parhaiden joukossa sisään ja on niin motivoitunut opiskelija ja pärjää loistavasti. Sanoo nyt olevansa omiensa joukossa, kun vuorovaikutus ja yhteistyö koko koulutien ollut haastavaa. Hän myös nauttii nyt kotikoulusta, koska kuormittavat asiat jäävät pois. Tiukka aikataulu, jatkuva vuorovaikutus, aistikaaos ja levoton ympäristö, joka estää keskittymisen. Kotona saattaa puurtaa koko päivän jonkun ison tehtävän parissa melkein ilman taukoa, mutta saa tehtävän tehtyä ja kiitettävän arvosanan siitä. Huomaan, että stressitaso on paljon matalampi, jolloin keskittyminen on helpompaa ja asiat jää paremmin päähän.

(Rantakokko 2020.)

Jutun kirjoittaja Aslak Rantakokko (2020) toteaa, että tästä olisi hyvä ottaa oppia tulevan varalle ja kysyy: onko meidän palattava kaikilta osin entiseen? Kirjoituksessa jaettiin myös arkisia kuvauksia siitä, minkälaisia haasteita etäopiskelu on tuonut toiselle erityisperheelle. Mitkään ratkaisut eivät sovi kaikille, siksi onkin tärkeä olla monenlaisia vaihtoehtoja. Aineistossani sekä jännittämistä että sairaslomalta paluuta käsittelevissä opiskelijoiden tarinoissa opiskelijoilla on ollut haasteita sovittautua korkeakoulutuksen käytäntöihin ja sosiaaliseen ympäristöön. Sen sijaan, että kurssien järjestelyissä otettaisiin lähtökohtaisesti huomioon se, että esiintyminen voi olla joillekin hyvin vaikeaa ja annettaisiin erilaisia suoritusvaihtoehtoja, opiskelijan vastuulle jää olla aktiivinen, hakea apua, jotta hän voi selvitä näistä joustamattomista, "one-size-fits-all" -opetusjärjestelyistä. Davies ja Bansel (2005, 50) kysyvät, onko sen aina oltava yksilösubjektin keho tai terveys, joka antaa myöten?

Satuttaa olla poikkeava. Satuttaa, että niin moni korkeakoululaisen aktiviteetti on sellainen, johon osallistuminen vaatii minulta valtavasti tai ei vain ole mahdollista tai hyvinvointini kannalta järkevää.

(*Eräs erityisherkkä korkeakoulussa*, Tarinat, Nyyti.)

Nyytin koordinoiman opiskelijahyvinvointiverkoston järjestämä Opiskelijoiden mielenterveyspäivän (23.4.2020) tapahtuma toteutettiin tänä vuonna etänä. Teemana oli ystävyys ja kampanjaan oli mahdollista osallistua sosiaalisessa mediassa hashtagilla #mitätehtäis. (Nyyti 2020.)

#mitätehtäis, että jaksaisi työskennellä ja opiskella vaikka ahdistaa

#mitätehtäis, että uskaltaisi tulla työpaikalle, jos on pakko

#mitätehtäis, että elämä maistuisi mansikalta

#mitätehtäis, jotta aivojen kaaos helpottaisi

#mitätehtäis, jotta mielessä pyörisi muutakin kuin koronauutisia

#mitätehtäis, että illalla uni maistuisi

(Helsingin yliopisto 2020a.)

Miten voisimme rakentaa opiskeluympäristöstä sellaisen, että se tarjoaisi pärjäämisen ja jopa kukoistamisen puitteet erilaiset tarpeet omaaville ihmisille? Millaisia yhteiskunnallisia ja institutionaalisia järjestelyitä tarvittaisiin tueksi, jotta kaikilla olisi mahdollisuus opiskella toimintakykynsä puitteissa? Judith Butler ja Sunaura Taylor (2010) puhuvat kävelyllään *Examined Life* -dokumentissa yhteiskunnan toimintakykyä rajoittavista vaikutuksista. Miten koulutusjärjestelmä ja korkeakoulut rajoittavat opiskelijoiden toimintakykyä? Entä yhteiskunta? Jos opiskelija ylikuormittuu aistiärsykkeistä ja sosiaalisista tilanteista, voi esimerkiksi ajatella, että hänen opiskelukykyään rajoittavat vaikkapa läsnäolopakolliset kurssit, jotka toteutetaan tiloissa, joissa on paljon muita vieraita ihmisiä, liian kirkkaita valoja ja toisista tiloista tulevia ääniä. Erilaista opiskelua voisi myös mahdollistaa, kuten onkin monissa paikoin tehty. Näitä käytössä olevia keinoja on monia, kuten erityisjärjestelyt, verkkokurssit ja mahdollisuus hakea lisää aikaa opinnoille. Mikä siis puuttuu?

Mielenterveysaktivistit sekä ”hulluustutkijat” ovat nostaneet esiin tarpeen huomioida psyykkisten häiriöiden ja mielenterveyden variaatioiden kanssa eläviä erilaisissa ympäristöissä ja niiden järjestelyissä (ks. esim. Burstow, LeFrançois & Diamond 2014; Jäntti, Heimonen, Kuuva & Mäkilä 2019; Lewis 2017), myös korkeakoulutuksessa (ks. Price 2011). Puhuessaan vammaisten lasten hoivan merkityksestä kirjansa *Learning from My Daughter: The Value and Care of Disabled Minds* viimeisessä luvussa filosofi Eva Feder Kittay (2019) korostaa inklusiivisen ympäristön merkitystä. Tällä hän tarkoittaa ympäristöä, joka toivottaa monenlaiset kehot ja mielet tervetulleeksi, jossa

maailma nähdään näiden tuoman moninaisuuden myötä rikkaampana ja jossa otetaan avosylin vastaan sekä ne mahdollisuudet että ne haasteet, jotka tulevat normista poikkeavien ihmisten mukana. Kittaylle tässä on kyse huomioivasta (*accommodating*) maailmasta. (Mt.)

Tässä tutkimuksessa olen opiskelun käytännön järjestelyjen sijaan katsonut opiskelijoiden mielen hyvinvointia ja opiskelukykyä edistävän yhdistyksen tarjoamassa virtuaalisessa foorumissa kerrottuja tarinoita opiskelijoiden elämästä. Näistä tarinoista olen lukenut aktiivisen ja yrittäjähenkisen työntekijäkansalaisen ihannetta sekä psy-diskurssia ja sitä, miten ne kietoutuvat yhteen uusliberalistisen hallinnan kanssa. Esitän, että niin kauan, kuin ihanteemme pysyy samanlaisena, ei institutionaalisen tason muutos riitä. Toisaalta ihanteiden haastaminen ja toisenlaisiin vaihtoehtoihin tarttuminen ei myöskään yksistään ole tarpeeksi, sillä ilman sitä vastaavia uudenlaisia yhteiskunnallisia järjestelyitä, jää muutos helposti vain puuhasteluksi, jälleen yhdeksi vaatimukseksi ja taakaksi yksilöiden harteille.

Onko muulla [kuin valmistumisella] enää väliä? Yliopiston rahoitusta on leikattu isolla kädellä viimeisen vuoden aikana. Säästöjä on haettu eri yliopistoissa eri keinoin. Helsingin yliopisto lähti suurten irtisanomisten tielle. Panostetaanko enää siihen, mitä sisäänpääsyn ja valmistumisen välillä yliopistossa tapahtuu? Ja onko opiskelijoille tarjolla vain yksi muotti ja yksi tahti oikeanlaiseen opiskeluun? Mikä on opiskelijan normi? Entä opiskelun? Miten voin tuntea oloni vähän surkimukseksi, kun suoritin viime lukuvuonna täysipäiväisellä ja omistautuneella opiskelulla opintotukien edellyttämän 45 op vitosen keskiarvolla? Tiesin, että valitsin paneutumisen nopeuden kustannuksella mutta aave olkani takana sanoo, että se ei riitä. Opiskelin määrällisesti liian vähän. Kukaan ei maksa minulle opintotukia laadusta, vain määrästä. Ja mitä hitaammin opiskelen, sitä varmemmin joudun taloudelliseen ahdinkoon pyrkiessäni vaalimaan opiskelun sisäisiä hyviä sekä huolehtimaan jaksamisestani pitkällä tähtäimellä. Toinen opiskelija opiskeli samassa ajassa samoja opintoja 15 op enemmän, myös vitosen keskiarvolla. Ja vähän työskenteli ja harrastikin samalla. Minä jätin työn, sitten seuraavana lukukautena työn tullessa kuvioihin jätin harrastukset. Ja lakkasin nukkumasta.

(JdSG, pöytälaatikkokirjoituksia 7.9.2016, osa 2.)

Lähteet

- Ahmed, S. (2017). *Living a Feminist Life*. Durham: Duke University Press.
- Ahonen, K. (2019). *Suomalainen mielenterveystalitiikka: Julkisen vallan ohjaus mielenterveyden häiriöön sairastuneiden ihmisoikeuksien turvaamiseksi*. Helsingin yliopisto.
- Alhanen, K. (2011). *Käytännöt ja ajattelu Michel Foucault'n filosofiassa*. Helsinki: Gaudeamus.
- Andersson, H. (2019). Opiskelijoita ei saa nähdä suorittavina koneina – "superopiskelijuudesta" puhuminen tuntuu irvokkaalta. Mielipide-palsta. *Helsingin Sanomat*. 22.11.2019. Otettu 5.2.2020: <https://www.hs.fi/mielipide/art-2000006009462.html>
- Antikainen, A., Rinne, R. & Koski, L. (2010). *Kasvatussosiologia* (3.–4. painos). Helsinki: WSOYpro Oy.
- Bacchi, C. (2009). *Analysing policy: what's the problem represented to be?* Frenchs Forest, N.S.W.: Pearson.
- Bacchi, C. & Bonham, J. (2014). Reclaiming discursive practices as an analytic focus: Political implications. *Foucault Studies*, (17), 179–192.
- Ball, S. J. (2003). The teacher's soul and the terrors of performativity. *Journal of Education Policy*, 18(2), 215–228.
- Ball, S. J. (2004). Suorituskeskeisyys ja yksityistäminen jälkihyvinvointivaltion koulutuspolitiikassa. *Kasvatus*, 35(1), 6–20.
- Binkley, S. (2017). Happiness as resource and resilience: an emotion for neoliberal times. Teoksessa J. Pykett, R. Jones & M. Whitehead (toim.) *Psychological Governance and Public Policy: Governing the mind, brain and behaviour*. London: Routledge, 37–55.
- Braidotti, R. (2012). *Nomadic Theory: The Portable Rosi Braidotti*. New York: Columbia University Press.

- Brunila, K. (2009). *Parasta ennen. Tasa-arvotyön projektitapaistuminen*. Helsingin yliopisto.
- Brunila, K. (2015). The Ambivalences of Becoming a Professor in Neoliberal Academia. *Qualitative Inquiry*, 1–9.
- Brunila, K., Hakala, K., Lahelma, E. & Teittinen, A. (2013). Avauksia ammatilliseen koulutukseen ja yhteiskunnallisiin erontekoihin. Teoksessa K. Brunila, K. Hakala, E. Lahelma & A. Teittinen (toim.) *Ammatillinen koulutus ja yhteiskunnalliset eronteot*. Gaudeamus, 9–16.
- Brunila, K. & Ikävalko, E. (2012). Vallan tunnistaminen siihen lamaantumatta: näkökulmia diskursiivis-dekonstruktiiviseen lukutapaan. *Politiikka*, 54(4), 285–301.
- Brunila, K. & Isopahkala-Bouret, U. (2010). Taloustalkoohenkisestä toistosta toisin tekemiseen? Teoksessa A. Eteläpelto, T. Heiskanen & K. Collin (toim.) *Valta ja toimijuus aikuiskasvatuksessa*. Helsinki: Kansanvalistusseura ja Aikuiskasvatuksen tutkimusseura, 315–339.
- Brunila, K. & Mononen-Batista Costa, S. (2010). Tiedon, työllisyyden, osaamisen, yrittäjyyden ja tasa-arvon eurooppalainen Suomi. Teoksessa K. Komulainen, S. Keskitalo-Foley, M. Korhonen & S. Lappalainen (toim.) *Yrittäjyyskasvatus hallintana*. Tampere: Vastapaino, 207–230.
- Brunila, K., Onnismaa, J. & Pasanen, H. (2015). Johdanto. Teoksessa K. Brunila, J. Onnismaa & H. Pasanen (toim.) *Koko elämä töihin: Koulutus tietokyykykapitalismissa*. Tampere: Vastapaino, 9–24.
- Burstow, B., LeFrançois, B. A. & Diamond, S. (toim.). (2014). *Psychiatry disrupted: theorizing resistance and crafting the (r)evolution*. Montreal: McGill-Queen's University Press.
- Butler, J. (1995a). Contingent Foundations. Teoksessa S. Benhabib, J. Butler, D. Cornell & N. Fraser (toim.) *Feminist Contentions: A Philosophical Exchange*. New York: Routledge, 35–57.

- Butler, J. (1995b). For a careful reading. Teoksessa S. Benhabib, J. Butler, D. Cornell & N. Fraser, *Feminist Contentions: A Philosophical Exchange*. New York: Routledge, 127–143.
- Butler, J. (1997). *The Psychic Life of Power: Theories in Subjection*. Stanford: Stanford University Press.
- Butler, J. (2006). *Hankala sukupuoli*. Käänt. T. Pulkkinen & L.-M. Rossi. Helsinki: Gaudeamus.
- Butler, J. & Sunaura, T. (2010). Examined Life. *YouTube*. 6.10.2010. Otettu 6.5.2020: <https://www.youtube.com/watch?v=k0HZaPkF6qE&t=672s>
- da Silva, J. (2014). *Tavanomaisesta toisin opiskeluun. Miten vallitsevia opiskelukäytänteitä voidaan haastaa?* Aalto-yliopiston kauppakorkeakoulu.
- Davies, B. (2000). *A body of writing 1990–1999*. Walnut Creeck (CA): AltaMira Press.
- Davies, B. (2004). Introduction: poststructuralist lines of flight in Australia. *International Journal of Qualitative Studies in Education*, 17(1), 1–9.
- Davies, B. (2006). Subjectification: the relevance of Butler ’s analysis for education. *British Journal of Sociology of Education*, 27(4), 425–438.
- Davies, B. (2018). Ethics and the new materialism: a brief genealogy of the “post” philosophies in the social sciences. *Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education*, 39(1), 113–127.
- Davies, B. & Bansel, P. (2005). The time of their lives? Academic workers in neoliberal time(s). *Health Sociology Review*, 14(1), 47–58.
- Davies, B., Dormer, S., Gannon, S., Laws, C., Rocco, S., Taguchi, H. L. & McCann, H. (2001). Becoming Schoolgirls: The ambivalent project of subjectification. *Gender and Education*, 13(2), 167–182.
- Deleuze, G. (2005). Jälkikirjoitus kontrolliyhteiskuntaan. Teoksessa G. Deleuze, *Haastatteluja*. Käänt. J. Vähämäki. Helsinki: Tutkijaliitto, 118–125.
- Denzin, N. K. (2013). “The Death of Data?” *Cultural Studies ↔ Critical Methodologies*, 13(4), 353–356.

- Ecclestone, K. & Hayes, D. (2009). *The Dangerous Rise of Therapeutic Education*. London: Routledge.
- Ellis, C. (1999). Heartful autoethnography. *Qualitative Health Research*, 9(5), 669–683.
- Ellis, C. (2003). *The Ethnographic I: A Methodological Novel about Autoethnography*. Walnut Creek (CA): AltaMira Press.
- Filander, K. (2016). Yliopistojen moraalijärjestys ja toimijuuden ehdot – miten rakentaa vaihtoehtoja vaihtoehdottomuuteen? *Tiedepolitiikka*, 41(2), 9–20.
- Foucault, M. (1997). Technologies of the Self. Teoksessa P. Rabinow (toim.) *Ethics: Subjectivity and Truth*. New York: The New Press, 223–251.
- Foucault, M. (2000). The Subject and Power. Teoksessa J. D. Faubion (toim.) *Power*. Käänt. R. Hurley ym. New York: The New Press, 326–348.
- Foucault, M. (2005). *Tarkkailla ja rangaista*. Käänt. E. Nivanka. Helsinki: Otava.
- Foucault, M. (2010a). *Seksuaalisuuden historia* (2. painos). Käänt. K. Sivenius. Helsinki: Gaudeamus.
- Foucault, M. (2010b). The Archaeology of Knowledge. Teoksessa *The Archaeology of Knowledge and the Discourse on Language*. Käänt. A. M. Sheridan Smith. New York: Vintage Books.
- Furedi, F. (2004). *Therapy Culture: Cultivating Vulnerability in an Uncertain Age*. London: Routledge.
- Gill, R. (2009). Breaking the Silence: The Hidden Injuries of the Neoliberal University. Teoksessa R.-F. Róisín & R. Gill (toim.) *Secrecy and Silence in the Research Process: Feminist Reflections*. Abigdon: Routledge, 228–244.
- Guttorm, H. (2014). *SOMMITELMIA JA KIEPSAHDUKSIA - Nomadisia kirjoituksia tutkimuksen tulemisesta (ja käsityön sukupuolisopimuksesta)*. Helsingin yliopisto, Helsinki.
- Guttorm, H., Arvola-Olander, A., Niemi, A.-M., Vaahtera, E., Mertanen, K., Tammi, T., ... Ikävalko, E. (2014). Akateeminen kapitalismi ja kollektiivisuuksien paradoksaalisuudet tohtorikoulutuksessa. *Aikuiskasvatus*, 34(2), 121–128.

- Hall, S. (1992). The West and the Rest: Discourse and Power. Teoksessa S. Hall & B. Gieben (toim.) *Formations of Modernity*. Cambridge: Polity Press, 275–320.
- Hall, S. (2003). The work of representation. Teoksessa S. Hall (toim.) *Representation: Cultural representations and signifying practices*. London: Sage, 13–74.
- Harvey, D. (2007). *A Brief History of Neoliberalism*. Oxford: Oxford University Press.
- Helén, I. (2011). Asiakaslähtöisyys eli miten mielenterveystyö epäpolitisoitui. Teoksessa I. Helén (toim.) *Reformin pirstaleet. Mielenterveyspolitiikka hyvinvointivaltion jälkeen*. Tampere: Vastapaino, 153–182.
- Helsingin yliopisto. (2015). Tavoitteena 55 opintopistettä vuodessa. *Flamma > Opiskelijalle > Perustietoa opinnoista ja opintojen edistymisestä > Opintojen suunnittelu ja edistyminen*. 19.1.2015. Otettu 25.9.2015.
- Helsingin yliopisto. (2020a). #mitätehtäis, että pärjättäis? – tervetuloa etätapahtumaan to 23.4. *Opiskelijan ohjeet*. Otettu 22.4.2020: <https://guide.student.helsinki.fi/fi/uutiset/mitatehtais-etta-parjattais-tervetuloa-etatapahtumaan-234>
- Helsingin yliopisto. (2020b). Kasvatustieteen erikoiskurssi I: positiivinen kasvatus (verkkokurssi). *Opiskelijan ohjeet*. Otettu 19.3.2020: <https://courses.helsinki.fi/fi/EDUK012/129961381>
- Helsingin yliopisto. (2020c). Positiivinen kasvatus. *Moodle*. Otettu 19.3.2020: <https://moodle.helsinki.fi/course/view.php?id=29571>
- Hey, V. (2006). The politics of performative resignification: translating Judith Butler's theoretical discourse and its potential for a sociology of education. *British Journal of Sociology of Education*, 27(4), 439–457.
- Hilpelä, J. (2004a). Järjen epäilyä ja suunnittelemattomuuden ylistystä? – Ekskursio uusliberalistiseen koulutuspolitiikkaan. *Kasvatus*, 35(1), 55–65.
- Hilpelä, J. (2004b). Kasvatusvastuusta tulosvastuuseen. *Kasvatus*, 35(4), 435–444.
- Hohti, R. (2016). *Classroom matters. Research with children as entanglement*. Helsinki: Yliopistopaino Unigrafia.

- Holvas, J. & Vähämäki, J. (2005). *Odotustila. Pamfletti uudesta työstä*. Helsinki: Teos.
- Ikävalko, E. (tulossa). Toipumisorientaatio ja voimavaralähtöisyys nuorille aikuisille suunnatussa mielenterveystyössä. Teoksessa H. Ylöstalo, E. Harni, A. Saari & K. Brunila (toim.) *Terapeuttinen valta: Onnellisuuden ja hyvinvoinnin jännitteitä 2000-luvun Suomessa*.
- Ikävalko, E. (2016). *Vaikenemisiä ja vastarintaa: Valtasuhteet ja toiminnan mahdollisuudet oppilaitosten tasa-arvosuunnittelussa*. Helsinki: Unigrafia.
- Ikävalko, E. & Brunila, K. (2011). Tasa-arvosuunnittelu managerialistisen hallinnan tekniikkana. *Sosiologia*, 48(4), 323–337.
- Ikävalko, E. & Kurki, T. (2014). Tutkimuksen rajoilla kuljeskellen. Teoksessa K. Brunila & U. Isopahkala-Bouret (toim.) *Marginaalin voima! Aikuiskasvatuksen 51. vuosikirja*. Helsinki: Kansanvalistusseura ja Aikuiskasvatuksen tutkimusseura, 222–242.
- IPC. (2014a). Anxiety, affective struggle, and precarity consciousness-raising. *Interface: A Journal for and about Social Movements*, 6(2), 271–300.
- IPC. (2014b). We Are All Very Anxious. *Plan C*. 4.4.2014. Otettu 1.6.2016: <http://www.weareplanc.org/blog/we-are-all-very-anxious/>
- IPC (2017) Olemme kaikki hyvin ahdistuneita. *Kriisi ja kumous*. 24.8.2017. Käännös: H. Pienimaa & J. Narsakka. Otettu 28.4.2020: <http://kumu.info/olemmekaikkihyvinahdistuneita/>
- Isin, E. F. (2004). The neurotic citizen. *Citizenship Studies*, 8(3), 217–235.
- Jackson, A. Y. & Mazzei, L. A. (2012). *Thinking with Theory in Qualitative Research: Viewing Data Across Multiple Perspectives*. London: Routledge.
- Jäntti, S., Heimonen, K., Kuuva, S. & Mäkilä, A. (toim.). (2019). *Hulluus ja kulttuurinen mielenterveystutkimus*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Jauhiainen, A. (2011). Opetustyö ja sukupuoli uusliberalistisessa yliopistossa. *Aikuiskasvatus*, 31(3), 164–173.

- Jonathan, R. (1997). Re-ordering Society: Re-forming Education. *Journal of Philosophy of Education*, 31(1), 13–29.
- Julkunen, R. (2008). Yhteisvastuusta julkiseen vastuun prioriteetteihin. Teoksessa P. Niemi & T. Kotiranta (toim.) *Sosiaalialan normatiivinen perusta*. Helsinki: Palmenia, 146–182.
- Juva, I. & Vaahtera, T. (2017). Getting along—social skills required to be “normal” in the Finnish school. Teoksessa T. Vaahtera, A.-M. Niemi, S. Lappalainen & D. Beach (toim.) *Troubling educational cultures in the Nordic countries*. London: The Tufnell Press, 52–68.
- Kafer, A. (2013). *Feminist, Queer, Crip*. Bloomington: Indiana University Press.
- Kaisto, J. & Pyykkönen, M. (2010). Johdanto: Hallinnan analytiikan suuntaviivoja. Teoksessa J. Kaisto & M. Pyykkönen (toim.) *Hallintavalta: Sosiaalisen, politiikan ja talouden kysymyksiä*. Helsinki: Gaudeamus, 7–24.
- Katila, S. & Meriläinen, S. (2006). Henkilökohtainen kokemus tiedon lähteenä: toimintatutkimus akateemisessa yhteisössä. Teoksessa K. Rolin, M.-L. Kakkuri-Knuuttila & E. Henttonen (toim.) *Soveltava yhteiskuntatiede ja filosofia*. Helsinki, 134–154.
- Kauppila, A. & Lappalainen, S. (2015). Vammais- ja koulutuspolitiikan risteyksessä rakentuvan kansalaisuuden paradoksi. *Kasvatus*, 46(2), 129–142.
- Kela. (2020a). Kuntoutuspsykoterapia. *Kela*. Otettu 21.4.2020: <https://www.kela.fi/kuntoutuspsykoterapia>
- Kela. (2020b). Opintojen edistyminen. *Kela*. Otettu 21.4.2020: <https://www.kela.fi/opintotuki-opintojen-edistyminen>
- Kela. (2020c). Tukiajan pidennys. *Kela*. Otettu 21.4.2020: <https://www.kela.fi/opintotukiaika-tukiajan-pidennys>
- Kendall, G. & Wickham, G. (2007). The Foucaultian Framework. Teoksessa C. Seale, G. Gobo, J. F. Gubrium & D. Silverman (toim.) *Qualitative Research Practice*. London: Sage, 129–138.

- Keskitalo-Foley, S., Komulainen, K. & Naskali, P. (2010). Risto Reipas riskinottaja. Koulutuspolitiikan tavoitteleva ihannekansalainen. Teoksessa K. Komulainen, S. Keskitalo-Foley, M. Korhonen & S. Lappalainen (toim.) *Yrittäjyyskasvatus hallintana*. Tampere: Vastapaino, 15–36.
- Kettunen, P., Jalava, M., Simola, H. & Varjo, J. (2012). Tasa-arvon ihanteesta erinomaisuuden eetokseen. Teoksessa P. Kettunen & H. Simola (toim.) *Tiedon ja osaamisen Suomi. Kasvatus ja koulutus Suomessa 1960-luvulta 2000-luvulle*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 25–67.
- Kinnari, H. (2020). *Elinikäinen oppiminen ihmistä määrittämässä: Genealoginen analyysi EU:n, OECD:n ja UNESCO:n politiikasta*. Jyväskylä: Suomen kasvatustieteellinen seura.
- Kittay, E. F. (2019). *Learning from My Daughter: The Value and Care of Disabled Minds*. New York: Oxford University Press.
- Komulainen, K., Keskitalo-Foley, S., Korhonen, M. & Lappalainen, S. (2010). Esipuhe. Teoksessa K. Komulainen, S. Keskitalo-Foley, M. Korhonen & S. Lappalainen (toim.) *Yrittäjyyskasvatus hallintana*. Tampere: Vastapaino, 7–14.
- Korpiaho, K. (2007). Tunteet organisatorisessa oppimisessa – erään jatko-opiskelijan tarina. *Tiedepolitiikka*, 32(3), 23–34.
- Kurki, T. (2018). *Immigrant-ness as (mis)fortune? Immigrantisation through integration policies and practices in education*. University of Helsinki.
- Kurki, T. & Brunila, K. (2014). Education and Training as Projectised and Precarious Politics. *Power and Education*, 6(3), 283–294.
- Kurki, T., Ikävalko, E. & Brunila, K. (2016). Nomadinen tutkimus, kirjoittaminen ja tutkijuus. *Aikuiskasvatus*, 37(2), 127–130.
- Kyrö, P. & Ripatti, A. (2006). Yrittäjyyden opetuksen uudet tuulet. Teoksessa P. Kyrö & A. Ripatti (toim.) *Yrittäjyyskasvatuksen uusia tuulia*. Tampere: Tampereen yliopiston kauppakorkeakoulu, 10–30.
- Käkelä, K. (2016) Opiskelijoiden mielenterveys rakoilee hankalan taloustilanteen vuoksi. Terveys. *Yle*. 23.8.2016. Otettu 5.9.2016: <https://yle.fi/uutiset/3-9114618>

- Käyhkö, M. (2014). Kelpaanko? Riitänkö? Kuulunko? Työläistaustaiset naiset, yliopisto-opiskelu ja luokan kokemukset. *Sosiologia*, 51(1), 4–20.
- Lahtinen, I. (2019). Opintotuen historia, nykypäivä ja tulevaisuus. *Kela*. Otettu 30.4.2020: <https://www.kela.fi/documents/10180/1169455/optuhistoriap.pdf/ce4725d4-77fc-4f46-b713-d15d01a962f9>
- Larner, G. (2004). Family therapy and the politics of evidence. *Journal of Family Therapy*, 26(1), 17–39.
- Lather, P. (2007). *Getting Lost. Feminist Efforts toward a Double(d) Science*. New York: State University of New York Press.
- Law, J. (2004). *After method: mess in social science research*. London: Routledge.
- Lewis, B. (2017). A Mad Fight: Psychiatry and Disability Activism. Teoksessa L. J. Davis (toim.) *The Disability Studies Reader* (5. painos). New York: Routledge, 102–118.
- Liesner, A. (2006). Education or Service? Remarks on teaching and learning in the entrepreneurial university. *Educational Philosophy and Theory*, 38(4), 483–495.
- Llamas, J. M. C. (2006). Technologies of disciplinary power in action: The norm of the “Good student.” *Higher Education*, 52(4), 665–686.
- Löytönen, T., Anttila, E., Guttom, H. & Valkeemäki, A. (2014). Playing With Patterns. Fumbling Towards Collaborative and Embodied Writing. *International Review of Qualitative Research*, 7(2), 236–257.
- Madsen, O. J. (2014). *The Therapeutic Turn: How psychology altered Western culture*. London: Routledge.
- McLeod, J. & Wright, K. (2016). What does wellbeing do? An approach to defamiliarize keywords in youth studies. *Journal of Youth Studies*, 19(6), 776–792.
- Mills, C. (2013). *Decolonizing Global Mental Health: The Psychiatrisation of the Majority World*. London: Taylor & Francis Ltd.
- Mills, C. (2015). The Psychiatrization of Poverty: Rethinking the Mental Health – Poverty Nexus. *Social and Personality Compass*, 9(5), 213–222.

- Morse, J. M. (2006). Reconceptualizing qualitative evidence. *Qualitative Health Research*, 16(3), 415–422.
- Naskali, P. (2010a). Toistoa ja vastarintaa. Yliopisto-opiskelijat ja yrittäjyyskasvatus. Teoksessa K. Komulainen, S. Keskitalo-Foley, M. Korhonen & S. Lappalainen (toim.) *Yrittäjyyskasvatus hallintana*. Tampere: Vastapaino, 72–99.
- Naskali, P. (2010b). Yliopisto-opetus vaihdon ja lahjan taloudessa. Teoksessa K. Komulainen, S. Keskitalo-Foley, M. Korhonen & S. Lappalainen (toim.) *Yrittäjyyskasvatus hallintana*. Tampere: Vastapaino, 251–268.
- Neave, G. (1988). On the Cultivation of Quality, Efficiency and Enterprise: an overview of recent trends in higher education in Western Europe, 1986–1988. *European Journal of Education*, 23(1/2), 7–23.
- Nevala, A. & Rinne, R. (2012). Korkeakoulutuksen muodonmuutos. Teoksessa P. Kettunen & H. Simola (toim.) *Tiedon ja osaamisen Suomi. Kasvatus ja koulutus Suomessa 1960-luvulta 2000-luvulle*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 203–228.
- Niemi, A.-M. & Kurki, T. (2013). Amislaiseksi valmistettu, valmennettu, kuntoutettu ja ohjattu? Teoksessa K. Brunila, K. Hakala, E. Lahelma & A. Teittinen (toim.) *Ammatillinen koulutus ja yhteiskunnalliset eronteot*. Helsinki: Gaudeamus, 201–215.
- Niemi, A.-M. & Mietola, R. (2017). Between hopes and possibilities. (Special) educational paths, agency and subjectivities. *Scandinavian Journal of Disability Research*, 19(3), 218–229.
- Niiniluoto, I. (2003). *Totuuden rakastaminen. Tieteenfilosofisia esseitä*. Helsinki: Otava.
- Nyyti. (2015a). 5 tapaa mielen hyvinvointiin – Opi uutta. *Nyyti ry*. 5.7.2015. Otettu 22.6.2016: <https://www.nyyti.fi/tietoa/5-tapaa-mielen-hyvinvointiin/opi-uutta/>
- Nyyti. (2015b). 5 tapaa mielen hyvinvointiin – Huomaa. *Nyyti ry*. 5.7.2015. Otettu 22.6.2016: <https://www.nyyti.fi/tietoa/5-tapaa-mielen-hyvinvointiin/huomaa/>

- Nyyti. (2016). Vaikeasta tunteesta voimavaraksi. *Nyyti ry*. 17.5.2016. Otettu 20.6.2016: <https://www.nyyti.fi/nyyti-ry/elaman-tutkintoja/vaikeasta-tunteesta-voimavaraksi/>
- Nyyti. (2018). Tarinat. *Nyyti ry*. Otettu 28.9.2018: <https://www.nyyti.fi/tarinat/>
- Nyyti. (2019). Nyyti ry. Etusivu. *Nyyti ry*. Otettu 10.12.2019: <https://www.nyyti.fi/>
- Nyyti. (2020). #mitätehtäis – opiskelijoiden mielenterveyspäivä 2020. *Nyyti ry*. Otettu 22.4.2020: <https://www.nyyti.fi/mielenterveyspaiva/>
- O'Flynn, G. & Petersen, E. B. (2007). The 'good life' and the 'rich portfolio': young women, schooling and neoliberal subjectification. *British Journal of Sociology of Education*, 28(4), 459–472.
- Ojala, H. (2011). *Opiskelemassa tavallaan. Vanhat naiset ikäihmisten yliopistossa*. Tampere: Tampere University Press.
- Oksala, J. (2011). Freedom and bodies. Teoksessa D. Taylor (toim.) *Michel Foucault: Key Concepts*. Durham: Acumen, 85–97.
- Olssen, M. (1996). Teoksessa defence of the welfare state and publicly provided education: A New Zealand perspective. *Journal of Education Policy*, 11(3), 337–362.
- Oulanne, L.-A., Ovaska, A., Sneitz, A. F., Telakivi, P., Telakivi, T., Vesterinen, T. & Yli-Tepsa, H. (2014). Filosofia psykiatrian lääkkeenä? *Niin & Näin*, (4), 57–61.
- Paju, E., Salo, U.-M., Guttorm, H., Hohti, R., Lappalainen, S., Mietola, R. & Niemi, A.-M. (2014). Feministinen etnografia: tietämistä ja tutkimusta kasvatuksen kentillä. *Sukupuolentutkimus-Genusforskning*, 27(4), 30–41.
- Parker, I. (1997). *Psychoanalytic Culture: Psychoanalytic Discourse in Western Society*. London: Sage.
- Pehkonen, L. (2013). Saako työntekijäkansalaista sivistää. Teoksessa K. Brunila, K. Hakala, E. Lahelma & A. Teittinen (toim.) *Ammatillinen koulutus ja yhteiskunnalliset eronteot*. Helsinki: Gaudeamus, 31–46.

- Petersen, E. B. (2003). *Academic Boundary Work: The discursive constitution of 'scientificity' amongst researchers within the social sciences and humanities*. University of Copenhagen.
- Petersen, E. B. (2008). Passionately Attached: Academic Subjects of Desire. Teoksessa B. Davies (toim.) *Judith Butler in Conversation: Analyzing the Texts and Talk of Everyday Life*. New York: Routledge, 55–67.
- Petersen, E. B. (2013). Cutting Edge(s): An Ethnographic Drama in Three Acts. *Cultural Studies ↔ Critical Methodologies*, 13(4), 293–298.
- Petersen, E. B. (2016). Turned on, Turned off: On Timely and Untimely Feminist Knowledge Production. *NORA - Nordic Journal of Feminist and Gender Research*, 24(1), 5–17.
- Precarias a la deriva. (2004a). Adrift through the circuits of feminized precarious work. *Feminist Review*, 77, 157–161.
- Precarias a la deriva. (2004b). First Stutterings of “Precarias a la deriva.” Otettu 19.2.2016: http://www.sindominio.net/karakola/antigua_casa/precarias/balbucesos-english.htm
- Precarias a la deriva. (2009). *Hoivaajien kapina: Tutkimusmatkoja prekaarisuuteen*. Käänt. L. Böök, R. Heikkilä, E. Ikonen, A.-R. Korhonen & E. Viren. Helsinki: Like.
- Price, M. (2011). *Mad at School: Rhetorics of Mental Disability and Academic Life*. Ann Arbor: University of Michigan Press.
- Price, M. (2017). Defining Mental Disability. Teoksessa L. J. Davis (toim.) *The Disability Studies Reader* (5. painos). New York: Routledge, 333–342.
- Purokuru, P. & Paakkari, A. (2015). Riittämättömyys. Teoksessa E. Jokinen & J. Venäläinen (toim.) *Prekarisaatio ja affekti*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 153–170.
- Pykett, J., Jones, R. & Whitehead, M. (2017). Introduction: psychological governance and public policy. Teoksessa J. Pykett, R. Jones & M. Whitehead (toim.) *Psychological Governance and Public Policy: Governing the mind, brain and behaviour*. London: Routledge, 1–20.

- Pääkkönen, S. (2016). Opiskelijoista joka viides ja yli kolmannes naisista kärsii mielenterveyshäiriöistä. Hyvinvointi. *Helsingin Sanomat*. 15.2.2016. Otettu 15.2.2016. <https://www.hs.fi/hyvinvointi/art-2000002886171.html>
- Radikaalia mielenterveyttä. (2020). Mitä? *Radikaaliamielenterveyttä.blog*. Otettu 27.4.2020: <https://radikaaliamielenterveytta.blog/about/>
- Rantakokko, A. (2020) Etäopetuksen ääripäitä – arkea erkkaperheissä. Blogit. *Vanhempainliitto*. 1.4.2020. Otettu 1.4.2020 <https://vanhempainliitto.fi/blogi/etaopetuksen-aaripaita-arkea-erkkaperheissa/>
- Rikala, S. (2013). *Työssä uupuvat naiset ja masennus*. Tampere: Tampere University Press.
- Rikala, S. (2018). Masennus, työkyvyttömyys ja sosiaalinen eriarvoisuus nuorten aikuisten elämänkuluissa. *Yhteiskuntapolitiikka*, 83(2), 159–170.
- Rimke, H. & Brock, D. (2012). The Culture of Therapy: Psychocentrism in Everyday Life. Teoksessa D. Brock, R. Raby & M. P. Thomas (toim.) *Power and everyday practices*. Toronto: Nelson, 182–202.
- Rinne, R. (2003). Elinikäisen oppimisen retoriikka ja koulutuspolitiikka. Teoksessa P. Sallila (toim.) *Elämänlaajuinen oppiminen ja aikuiskasvatus*. *Aikuiskasvatuksen 44. vuosikirja* (3.–4. painos). Helsinki: Kansanvalistusseura, 219–246.
- Rinne, R. (2012). Koulutetun eliitin erottautuminen. Teoksessa P. Kettunen & H. Simola (toim.) *Tiedon ja osaamisen Suomi. Kasvatus ja koulutus Suomessa 1960-luvulta 2000-luvulle*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 367–407.
- Rissanen, P. (2015). *Toivoton tapaus? Autoetnografia sairastumisesta ja kuntoutumisesta*. Helsinki: Kuntoutussäätiö.
- Ryen, A. (2004). Ethical Issues. Teoksessa C. Seale, G. Gobo, J. F. Gubrium & D. Silverman (toim.) *Qualitative Research Practice*. London: Sage, 218–236.
- Saari, A. (2006). Elinikäisen oppimisen Panopticon. *Aikuiskasvatus*, 26(4), 296–303.
- Saari, A. (2016a). Elinikäinen oppiminen ja yksilöivä valta. *Aikuiskasvatus*, 36(1), 4–13.

- Saari, A. (2016b). Tietoisuustaitojen ristiriidat opetustyössä. Teoksessa J. Parviainen, T. Kinnunen & I. Kortelainen (toim.) *Ruumiillisuus ja työelämä: Työruumis jälkiteollisessa taloudessa*. Tampere: Vastapaino, 199–214.
- Saari, A. & Harni, E. (2015). Onnellisuuden Hermes – positiivisen psykologian hegemoniapyrkimykset. *Agon*. 18.8.2015. Otettu: <http://agon.fi/article/onnellisuudenhermespositiivisenpsykologianhegemoniapyrkimykset/>
- Saastamoinen, M. (2010). Aktiivisen kansalaisuuden vastatulkintoja: Neuroottinen ja hylätty kansalaisuus. Teoksessa J. Kaisto & M. Pyykkönen (toim.) *Hallintavalta: Sosiaalisen, politiikan ja talouden kysymyksiä*. Helsinki: Gaudeamus, 230–253.
- Sallila, P. (2003). Johdannoksi. Teoksessa P. Sallila (toim.) *Elämänlaajuinen oppiminen ja aikuiskasvatus. Aikuiskasvatuksen 44. vuosikirja* (3.–4. painos). Helsinki: Kansanvalistusseura, 7–13.
- Salo, M. (2019). *Hullut mielenterveysmarkkinat: Kuinka korjata kurjistuneet mielenterveyspalvelut?* Tampere: Vastapaino.
- Scharff, C. (2016). The Psychic Life of Neoliberalism: Mapping the Contours of Entrepreneurial Subjectivity. *Theory, Culture and Society*, 33(6), 107–122.
- Scott, J. W. (1992). "Experience." In J. Butler & J. W. Scott (toim.) *Feminists Theorize the Political*. New York: Routledge, 22–40.
- Scott, J. W. (1994). Deconstructing equality-versus-difference: Or, the uses of poststructuralist theory for feminism. Teoksessa S. Seidman (toim.) *The Postmodern Turn: New Perspectives on Social Theory*. Cambridge: Cambridge University Press, 282–298.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14.
- Siljander, P. (2011). Kasvatustieteen metodologiset käännteet – kaikkiko käy? Teoksessa K. Holma & K. Mälkki (toim.) *Tutkimusmatkalla. Metodologia, teoria ja filosofia kasvatustutkimuksessa*. Helsinki: Gaudeamus, 199–210.
- Silvennoinen, H. (2002). *Koulutus marginalisaation hallintana*. Helsinki: Gaudeamus.

- Simola, M. (2013). Ei pelkällä järjellä – Tunnekokemus näkökulmana yliopistoyhteisön hallinnan dynamiikkaan. *Tiedepolitiikka*, 38(1), 39–46.
- Simola, M. K. (2010). Tunnetta tulkitsemassa – tunteella. *Media & Viestintä*, 33(4), 109–112.
- Sisättö, V. (2008). Esipuhe. Teoksessa G. Orwell, *Vuonna 1984* (2. painos). Helsinki: WSOY, 5–8.
- St. Pierre, E. A. (2000). Poststructural feminism in education: An overview. *International Journal of Qualitative Studies in Education*, 13(3), 477–515.
- St. Pierre, E. A. (2018). Writing Post Qualitative Inquiry. *Qualitative Inquiry*, 24(9), 603–608.
- St. Pierre, E. A. & Pillow, W. S. (2000). Introduction. Inquiry among the ruins. Teoksessa E. A. St. Pierre & W. S. Pillow (toim.) *Working the Ruins: Feminist Poststructural Theory and Methods in Education*. New York: Routledge, 1–24.
- Stronach, I. & MacLure, M. (1997). *Educational research undone: the postmodern embrace*. Buckingham: Open University Press.
- Sword, H. (2009). Writing higher education differently: a manifesto on style. *Studies in Higher Education*, 34(3), 319–336.
- Tieteen termipankki. (2020a). Kielitiede: metodi. *Tieteen termipankki*. Otettu 4.5.2020: <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Filosofia:metodi>
- Tieteen termipankki. (2020b). Kielitiede: diskurssi. *Tieteen termipankki*. Otettu 13.2.2020: <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kielitiede:diskurssi>
- Tieteen termipankki. (2020c). Kielitiede: subjekti. *Tieteen termipankki*. Otettu 13.2.2020: <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kielitiede:subjekti>
- Toivanen, P. (2019). Emilia odotti terapiaa 1,5 vuotta, kuten moni opiskelija – Nyt YTHS tutkii, voisiko mobiilisovellus korvata kasvotusten kohdattavan terapeutin. Mielenterveys. *Yle*. 7.8.2019. Otettu 21.2.2020: <https://yle.fi/uutiset/3-10912162>

- Trux, M.-L. (2009). Yksin mutta yhdessä: akateeminen kirjoittaminen ja nerouden haamu. Teoksessa K. Räsänen (toim.) *Tutkija kirjoittaa – esseitä kirjoittamisesta ja kirjoittajista akateemisessa työssä*. Helsinki: HSE Publications B-104, 114–130.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2009). Humanistisen, yhteiskuntatieteellisen ja käyttäytymistieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet ja ehdotus eettisen ennakkoarvioinnin järjestämiseksi. Otettu 25.4.2016: <http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/eettisetperiaatteet.pdf>
- Vähämäki, J. (1998). Elämänpolitiikka ja biopolitiikka. Teoksessa J. P. Roos & T. Hoikkala (toim.) *Elämänpolitiikka*. Helsinki: Gaudeamus, 128–151.
- Vähämäki, J. (2005). Esipuhe. Teoksessa G. Deleuze, *Haastatteluja*. Helsinki: Tutkijaliitto, 7–14.
- Vähämäki, J. (2009). *Itsen alistus*. Helsinki: Like.
- Valtonen, A. (2009). Pikkujuttu – tarina koon tuottamisen käytänteistä. *Kulutustutkimus.Nyt*, (1), 35–52.
- Vandekinderen, C. & Roets, G. (2016). The post(hu)man always rings twice: theorising the difference of impairment in the lives of people with ‘mental health problems.’ *Disability & Society*, 31(1), 33–46.
- Vesterinen, T. (2014). Mielenterveyshäiriöt luonnollisina luokkina. *Niin & Näin*, (4), 63–66.
- Virtanen, A. (2005). Mitä me voimme? Kun ontologia paljastuu fenomenologisesti. *Tiede & Edistys*, 30(2), 160–169.
- Visweswaran, K. (1994). *Fictions of Feminist Ethnography*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Vuori, J. (2001). *Äidit, isät ja ammattilaiset: sukupuoli, toisto ja muunnelmat asiantuntijoiden kirjoituksissa*. Tampere: Tampere University Press.
- Walkerdine, V. (2003). Reclassifying Upward Mobility: Femininity and the neo-liberal subject. *Gender and Education*, 15(3), 237–248.
- Wang, E. W. (2019). *The Collected Schizophrenias*. Minneapolis: Graywolf Press.

- Wittgenstein, L. (2001). *Logisch-philosophische Abhandlung: Tractatus Logico-Philosophicus*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Wright, K. (2011). *The Rise of the Therapeutic Society: Psychological Knowledge & the Contradictions of Cultural Change*. Washington, DC: New Academia Publishing.
- Ylöstalo, H. (2014). Työntekijäkansalaisia vai maailman muuttajia? Opiskelijat uusliberalistisessa yliopistossa. *Sukupuolentutkimus-Genusforskning*, 27(4), 5–16.
- Youdell, D. (2006). Diversity, Inequality, and a Post-structural Politics for Education. *Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education*, 27(1), 33–42.
- Youdell, D. (2011). *School Trouble: Identity, Power and Politics in Education*. London: Routledge.
- YTHS. (2020). Korkeakouluopiskelijat yhdenvertaisten palveluiden piiriin 1.1.2021. Mediatiedote. *Ylioppilaiden terveydenhuoltosäätiö*. 13.2.2020. Otettu 29.4.2020: <https://www.yths.fi/ajankohtaista/2020/korkeakouluopiskelijat-yhdenvertaisten-palveluiden-piiriin-1-1-2021/>

Liitteet

Liite 1. Tutkimuslupaviesti

Hei!

Oletko kenties kirjoittanut joskus Nyyti ry:n sivuille?

Otan sinuun yhteyttä kasvatustieteen gradututkimukseeni liittyen. Käytän aineistonani Nyyti ry:n sivujen Tarinat-osiossa julkaistuja tekstejä, joista yksi on sinun (tai jonkun saman nimisen) kirjoittama. Vaikka julkisiin aineistoihin ei virallisesti tarvitse pyytää lupaa, haluaisin kuitenkin kysyä sinun suostumustasi ja toiveitasi kirjoituksesi käytöstä tutkimuksessani. Tutkimukseni näkökulma on yhteiskuntatieteellinen ja luen näitä Tarinat-osion kirjoituksia osana laajempaa kontekstia, en kenenkään yksittäisen henkilön ajatuksina. Tarkastelen opiskelijasubjektin muodostumista tarinoiden ja omakohtaisten kokemuksieni kautta. Teoreettinen viitekehykseni on foucault'lainen vallan analytiikka sekä feministinen tutkimus.

Olen ajatellut ottaa joistain tarinoista suoria lainauksia soveltuviin kohtiin ja merkitä ne kyseisen tarinan otsikolla nimen tai nimimerkin sijaan. Lainaus ei siis ole täysin anonymi, vaikka nimeä ei sen yhteydessä ilmoiteta, sillä tarina ja sen kirjoittaja on yhä jäljitettävissä. Tässä esimerkki tavastani käyttää lainauksia:

Rennompi elämä ja ”elämänasenne” esitetään vastauksena liiallisiin vaatimuksiin. Opiskelijat suosittelevat lukijalle omia ratkaisuitaan: enemmän vapaa-aikaa ja lepoa, pysähtymistä, hetkeen tarttumista ja mukavien asioiden tekemistä. Nämä samat ratkaisumallit ovat toki kulttuurisesti jaettuja ja ne kytkeytyvät hyvinvointidiskurssiin.

”Tarinani kertoo opiskeluvuosien perfektionismista ja kiltin tytön syndroomasta kärsimisestä sekä siitä, miten parannuin ja löysin rennomman elämänasenteen. Se kertoo myös oman herkkyyden hyväksymisestä. Toivon, että tarinani auttaisi niitä, jotka ehkä ovat kamppailleet samanlaisten ongelmien parissa tai kamppailevat juuri nyt sekä haluan jakaa tietoa aiheesta kaikkien niiden kanssa, joita aihe koskettaa.”
(Kohti leppoisampaa elämää, Tarinat, Nyyti ry.)

Ja nyt itse kysymykseen: onko tämäntyyppinen tapa viitata tarinaasi tutkimuksessani sinulle ok? Toivon toki mahdollisuutta käyttää jotain suoria lainauksia, sillä tarinasi on

~~hyvin kirjoitettu~~ ja sanoittaa oivallisesti tutkimukselleni relevantteja ilmiöitä. Ymmärrän kuitenkin, jos tämä ei sovi sinulle. Jos haluat, voin olla ottamatta suoria lainauksia sinun tekstistäsi. Jos puolestaan toivot minun lainaavan tekstiäsi jollain muulla, kuin edellä esitetyllä tavalla, kerro toki minkälainen tapa olisi sinulle mieluisampi.

Toivottavasti kuulen sinusta pian.

Ystävällisin terveisin,

Janina da Silva Gonçalves